

Муниципальное автономное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад № 17 «Серебряное копытце»

Принята на заседании  
педагогического совета

МАДОУ № 17

Протокол № 5 от 03.06. 2025 г.

Утверждаю:

Заведующий

МАДОУ № 17

 / Н.В. Антропова

Приказ № 62-д от 03.06.2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Чудо-ритмика»**

Возраст воспитанников: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Аношкина Е.А.

педагог дополнительного  
образования

## Содержание программы

### Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	9
1.3. Содержание программы. Учебный план.....	10
1.4. Содержание учебного плана.....	11
1.5. Планируемые результаты.....	17

### Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	18
2.1.1. Календарный учебный график занятий.....	18
2.2. Условия реализации программы.....	19
2.3. Формы аттестации.....	20
2.4. Методические материалы.....	22
Список литературы.....	25
Приложения.....	27

# I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чудоритмика» ориентирована на развитие творческих способностей и воображения детей через музыку и движение, имеет художественную направленность и акцентирует внимание на практической деятельности и освоении танцевального искусства

Программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СП 2.4.3648-20).
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»

**Новизна** данной программы состоит в том, что развитие сообразительности, внимательности, дисциплинированности, чувство здорового соперничества, выработка инициативы и самостоятельности, умение общения друг с другом предлагается через игровую деятельность.

**Педагогическая целесообразность** программы способствует развитию творческих способностей, т.к. танцевальное искусство синтезирует воображение, эмоции, образное мышление и другие, важные для детского творчества процессы.

**Практическая значимость** программы состоит в формировании у обучающихся навыков танцевального искусства, создание соответствующей учебной социально-профессиональной среды для обучающихся, оптимизация форм, средств и методов развития знаний умений и навыков обучающихся.

**Отличительные особенности** данной программы от уже существующих программ в том, что игровая деятельность составляет важную роль в построении занятий.

Отличительные черты детского хореографического коллектива:

- выражение мыслей, задач взаимоотношений, через телодвижение, жесты, позу, мимику;
- единая форма одежды, которая заставляет участников подтянуться, следить за осанкой (объективный внешний признак);
- репетиционный зал, без которого нет работы в хореографическом коллективе (объективный внешний признак);
- музыкальное сопровождение, создающее атмосферу, воспитывающее участников (объективный внешний признак);
- красочные костюмы для выступления (объективный внешний признак).

**Адресат программы** – дети в возрасте 5-7 лет, не имеющие противопоказаний к занятиям ритмикой по состоянию физического и психического здоровья.

**Возрастные особенности:** Дошкольный возраст является важным периодом в жизни ребенка, на протяжении которого происходит развитие многих физических и психических функций организма, формируется личность, характер, способности. При участии взрослых, которые организуют, контролируют, оценивают, а при необходимости и корректируют поведение и деятельность ребенка, происходит его включение в социальные формы жизнедеятельности, в процессы познания и общения, в различные виды деятельности, включая игру и начальные формы труда.

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка, поскольку возраст 5-7 лет является периодом интенсивного формирования личности во всех сферах: повышения интеллекта, выработки нравственных черт, проявления характера, силы воли, умения управлять эмоциями, роста физической подготовленности. Именно в это время проявляются совершенно новые, индивидуальные качества, растут потребности детей в получении все новых знаний, навыков и умений. Сама природа, как будто подсказывает, что пора переходить к активному образовательному процессу, который бы со всех сторон охватывал совершенствование личности, вырабатывал различные индивидуальные черты характера у ребенка старшего дошкольного возраста.

В возрасте 5-7 лет в организме идет интенсивное развитие и совершенствование опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем организма, развитие мелких мышц, развитие и дифференцировка различных отделов центральной нервной системы.

В дошкольном возрасте еще не закончено окостенение скелета, опорно-двигательный аппарат легко поддается деформациям, поэтому очень важно следить за

правильной осанкой детей, положением тела, предупреждая возникновение деформаций позвоночника, грудной клетки, костей таза, конечностей. К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует

усиленный рост ног.

Дыхание у детей-дошкольников частое и поверхностное. Бронхиальное древо еще недостаточно сформировано, дыхательные мышцы слабы. Физическое воспитание содействует активизации дыхательной функции, укреплению дыхательной мускулатуры, улучшению функций кровообращения, сердечно-сосудистой системы.

В детском возрасте ЦНС обладает высокой пластичностью, что способствует легкому усвоению новых форм движений. У дошкольников несовершенна координация движений, в процессе двигательной активности легко развивается утомление, поэтому крайне важно правильно дозировать их физические нагрузки.

У детей этого возраста формируются предпосылки к учебной деятельности, они умеют «слушать и слышать», «смотреть и видеть», осуществлять самоконтроль и самооценку при выполнении различных упражнений. Старший дошкольник уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своей деятельности. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, умелый, сильный, ловкий» и т. д.).

Характерной особенностью данного возраста является также развитие познавательных и мыслительных психических процессов: внимания, мышления, воображения, памяти, речи; более высокого уровня достигает развитие наглядно-образного мышления и начинает развиваться логическое мышление. Также развивается творческое воображение, чему способствуют различные игры, неожиданные ассоциации, яркость и конкретность представляемых образов и впечатлений.

Психическое развитие и становление личности ребенка к концу дошкольного возраста тесно связаны с развитием самосознания. У ребенка 5 – 7 летнего возраста формируется самооценка на основе осознания успешности своей деятельности, оценок сверстников, оценки педагога, одобрения взрослых и родителей. Ребенок становится способным осознавать себя и то положение, которое он в данное время занимает в семье, в детском коллективе сверстников.

У детей старшего дошкольного возраста формируется рефлексия, т. е. осознание своего социального «я» и возникновение на этой основе внутренних позиций. В качестве важнейшего новообразования в развитии психической и личностной сферы ребенка 5 – 7 летнего возраста является соподчинение мотивов. Осознание мотива «я должен», «я смогу» постепенно начинает преобладать над мотивом «я хочу».

Ребенок 5 – 7 летнего возраста стремится к самоутверждению в таких видах деятельности, которые подлежат общественной оценке и охватывают различные сферы. Одной из таких сфер является хореография.

### **Количество детей**

в группе обучения – 12-15 человек.

### **Объем и срок освоения программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения: 1 год обучения – 72 часа.

### **Формы и режим занятий**

Образовательная деятельность осуществляется в течение всего учебного года, с 1 сентября по 31 мая, без каникул.

Комплектование в группы производится с 1 июня по 1 сентября текущего года.

Обучение осуществляется в очной форме.

### **Режим занятий**

2 занятия в неделю. Продолжительность занятия – 30 минут.

Максимальная учебная нагрузка составляет 2 часа в неделю.

Основной **формой организации деятельности воспитанников** является практическое групповое занятие.

Используются различные методы обучения:

1. словесный (рассказ, беседа, лекция);
2. наглядный (показ, демонстрация, экскурсия);
3. практический (выполнение физических упражнений, разучивание танцевальных движений);
4. объяснительно – иллюстративный метод;
5. метод проблемного изложения материала.

**Ведущие теоретические идеи образовательной программы** – комплексное обучение хореографии. В результате изучения разных танцевальных направлений, воспитанники осваивают основы танцевального искусства.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического, народного или современного танцев (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

На занятиях осуществляется музыкально- ритмическое развитие детей, а также проводятся занятия по гимнастике и стретчингу и современному танцу. Подача танцевального материала сформирована по принципу «от простого к сложному», предполагается знакомство с основами классического и народного танца. Воспитанники изучают современный танец, получают навыки актерского мастерства.

## **Механизм оценивания образовательных результатов**

Контроль уровня освоения материала воспитанниками осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии.

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

В качестве формы контроля реализации образовательной программы используется:

- промежуточные зачеты и тестирования по разделам;
- показы на праздниках;
- выступления на концертах в учреждении и вне учреждения;

## 1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы:** создание условий для нравственно - эстетического воспитания детей через развитие мотивации их творческой активности и формирование эстетического вкуса.

### **Основные задачи:**

#### *Обучающие:*

- Дать первоначальную хореографическую подготовку;
- Сформировать основные двигательные навыки.

#### *Развивающие:*

- Развить общую музыкальность и чувство ритма;
- Развить выдумку и фантазию.

#### *Воспитательные:*

- Вовлечь в художественно-творческую деятельность;
- Сформировать общественно-значимую позицию.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Учебный план

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
<b>1</b>	<b>Приглашение на танец</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
1.1	Вводное занятие	2	1	1	
<b>2</b>	<b>Мелодия в темпе музыкального движения</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	наблюдение
2.1	Темп. Мелодия. Динамические оттенки	2	1	1	
2.2	Построение музыкального произведения	2	1	1	
<b>3</b>	<b>Азбука классического танца</b>	<b>4</b>	<b>1,5</b>	<b>2,5</b>	
3.1	История зарождения балета	2	1	1	
3.2	Партерный экзерсис	2	0,5	1,5	
<b>4</b>	<b>Элементы классического танца (Медленный вальс)</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	наблюдение
4.1	История возникновения танца	2	2		
4.2	Элементы танца	8	2	6	наблюдение
<b>5</b>	<b>Русские народные танцы</b>	<b>17</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	
5.1	Новые веяния в хореографическом искусстве	2	2		
5.2	Хоровод	7	1	5	наблюдение
5.3	Пляска	5	1	4	
5.4	Постановка танца	2	1	2	
5.5	Промежуточная аттестация	1		1	Занятие, праздник
<b>6</b>	<b>Подготовка к конкурсу</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
6.1	Медленный вальс	10	2	8	
<b>7</b>	<b>Ритмика</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	
7.1	Музыкальные игры и упражнения	4		4	
<b>8</b>	<b>Танцы народов мира</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	
8.1	Татарский танец	6	1	5	
8.2	Ирландский танец	10	2	8	наблюдение
<b>9</b>	<b>Импровизация</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
9.1	Детский модерн	3	1	2	
9.2	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	Занятие, праздник
<b>Итого:</b>		<b>72</b>	<b>19,5</b>	<b>52,5</b>	

## 1.4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Приглашение на танец. Знакомство педагога и воспитанников. Игровое занятие «Скажи своё имя и покажи движение». Развитие детского мышления, памяти, творческих способностей.

Вводное занятие.

Теория: инструкция по технике безопасности. Знакомство с хореографией. Изучение терминологии классического танца.

Практика: разминка. Просмотр индивидуальных хореографических способностей детей. Работа над постановкой корпуса. Изучение позиций рук и ног в классическом танце.

Мелодия в темпе музыкального движения.

Темп. Мелодия. Динамические оттенки

Теория: мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Особенности метроритма, чередование сильной и слабой долей такта. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские танцы. Динамические оттенки. Связь динамических оттенков с мелодическим рисунком. Сопровождение восходящего движения мелодии усилением звучания, а нисходящее ослаблением. Динамические оттенки: изменение силы звучания; постепенное замедление и ускорение темпа; плавность и прерывность звучания мелодии. Обозначение динамических оттенков итальянскими терминами: forte (форте) – громко, piano (пьяно) – тихо, а также их изменения: crescendo (крещендо) – усиливая, diminuendo (диминуэндо) – ослабляя. Динамические оттенки музыкального произведения: сильные и энергичные, мягкие и нежные, резко акцентированные или слитные и плавные, свободные и широкие, мелкие и изящные и т.д.

Практика: исполнение элементов танца марша, польки, вальса в медленном и умеренном темпе.

Построение музыкального произведения

Теория: правила перестроений из одних рисунков в другие. Логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

Практика: музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Фигурная маршировка с перестроениями: из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему); звездочка. Танцевальные шаги в образах: оленя, журавля, лисицы, кошки, мышки, медведя, птички.

Азбука классического танца. История зарождения балета

Теория: зарождение первых балетов. Детские балеты: «Чиполлино» - К. Хачатурян («Приключения Чиполлино» Дж. Родари), «Золушка» - С. Прокофьев (Ш. Перро), «Конёк-Горбунок» - Р. Щедрин (П.П. Ершов), «Спящая красавица» - П. И. Чайковский (Ш. Перро), «Щелкунчик» - П. И.

Чайковского (Э. Т. А. Гофман «Щелкунчик и мышинный король»).

Практика: просмотр слайдов по теме «Детские балеты». Формирование интереса и уважения к мировому балету. Освоение позиций рук классического танца на середине. Освоение упражнения «Portdebras№ 1». Упражнение «Арбуз», «Посчитай до восьми». 5 позиция ног. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Пружинка», «Паучок», «Затяжка». Подготовительные упражнения на развитие выворотности стопы: упражнение «Замок». Освоение упражнения классического танца «Grand-plie» (большоеприседание) . Особенности выполнения упражнения. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка». освоение техники исполнения прыжка Sauté из 6 поз. потом – 1 поз.ног. Упражнения на развитие прыжка: «Releve», «Demi-plie». Игра «Выше всех».

### Партерный экзерсис

Теория: общие принципы работы в партере.

Терминология.

Практика: упражнения на формирование правильной осанки: «3 позиция», «Египет», «Руки вверх», «Бревнышко». Игра «Строим плот». Освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы, разработки подъема. Упражнения: «Цепкие пальчики», «Нарисуй кружок», «Тупой - острый». Упражнения «Карандаш», «Нарисуй кружок», «Ножницы».

Элементы классического танца (Медленный вальс)

История возникновения танца

Теория: медленный вальс. История возникновения танца.

Слушание музыки. Элементы танца.

Практика: Разминка. 1.Стойка на полупальцах 1, 5 минуты. Упражнения на подъем и снижение (1 такт – снижение, 2 такт – подъем на полную стопу, 3 такт – подъем на полупальцы, 4 такт – опуститься на полную стопу). Движение «маятник», закрытая перемена с разных ног, маленький квадрат и большой квадрат. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Деми плие в 1, 2, 3, 5-й позициях (лицом к станку). Батман тандю с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции в сторону. Размер 2/4, темп – анданте. Деми рон же жамб пар тер – вначале лицом к станку, позднее держась за станок одной рукой. Размер 3/4 – один такт на движение, один такт на фиксацию положения, темп – модерато. Батман тандю жете – натянутые движения с броском из 1-й позиции, развивают упругость ног в воздухе, легкость и подвижность тазобедренного сустава; изучаются стоя к станку (в сторону 2-й позиции). Размер 2/4, характер четкий, темп – модерато. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Тан леве соте – по 1, 2, 5-й позициям. Разучивание элементов медленного вальса (балансе, правый поворот, левый поворот, Правая и левая перемены, виск.) Музыкальный размер 3/4. Темп медленный. Исходное положение – закрытая

позиция. 1 такт – закрытая переменная вперед; 2 такт – закрытая переменная назад; 3 такт – как 1; 4 такт – как 2; 5 – 8 такты – полный правый поворот – 2 раза; 9 – 12 такты – закрытые переменные вперед; 13– 16 такты – закрытые переменные назад.

Русские народные танцы.

Новые веяния в хореографическом искусстве.

Теория: известные хореографические коллективы, новые веяния в хореографическом искусстве, выдающиеся танцоры нашего времени.

Хоровод.

Теория: хоровод. История танца. Техника исполнения. Музыка для хоровода.

Терминология движений танца.

Практика: движения ног в хороводе. Основные шаги. Работа рук и корпуса. Вращения. Работа с рисунками танца: «корзинка», «звёздочка», «клин». Отработка танцевальных движений хоровода.

Пляска.

Теория: танцевальные движения пляски.

Практика: изучение танцевальных движений.

Промежуточная аттестация.

Практика: Открытый урок

Подготовка к конкурсу.

Медленный вальс.

Теория: История европейских танцев. Характер европейского танца. Изучение парных танцев. Фигуры: левое корте, наружная переменная, шассе из ПП, правый спин поворот, поступательное шассе.

Практика: Отработка танцевальных движений. Постановка медленного вальса. Танцевальная импровизация.

Ритмика.

Музыкальные игры и упражнения.

Практика: Ритмические упражнения, музыкальные игры. «Ритмическое эхо», «Хлопок в такт», «Музыкальные топотушки», «Перевертушки». Музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки.

Танцы народов мира. Татарский танец.

Теория: Зарождение первых танцев. Танцевальная культура разных стран и народов. Знакомство с татарскими танцами. Особенности и манера исполнения.

Практика: Просмотр видео-фильма «Танцы народов мира». Знакомство с видами народно-сценического танца. Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца.

Ирландский танец.

Теория: История возникновения ирландского танца. Особенности и манера исполнения. Положение рук в групповых танцевальных фигурах. Движение рук: переводы в различные положения. Основные движения ирландского танца.

Практика: Разучивание основного движения танца. Перестроения в

ирландском танце. Изучение танцевального этюда.

Импровизация Детский модерн.

Теория: Понятие хореографии как искусства. Прослушивание музыки, относящимся к сокровищам музыкальной культуры страны.

Практика:

- «Трансформеры» игровые задания на воображение. Изображение одушевленных и неодушевленных предметов по темам: «В магазине игрушек», «Экскурсия в зоопарк», «Чем пахнут ремесла» и т.д. Творческие задания в группах и индивидуальные.
- Танцевальные этюды «Мой веселый, звонкий мяч», «Музыкальные флажки», «Домовой», «Сюрприз».
- «Танцевальная импровизация». Творческие задания в группах и индивидуальные. Темы для импровизации в танце: «Времена года», «История о...», «Настроение».
- «Причудливый узор» рисунок танца. Построения маршем и шагом с носка в шеренги (1,2,3,4), колонны (1,2,3,4), круги (1,2,3,4), (большие, маленькие), змейкой, звездочкой.

Танцевальный материал: «Мы заводим хоровод», «Зимние узоры», «Орнамент». Игра «Нарисуй и покажи».

Итоговая аттестация Практика: Открытый урок.

### **Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей 5-7 лет**

В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных, по координации, движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

#### **Приоритетные задачи:**

- развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку;
- формирование адекватной оценки и самооценки.

#### **Основное содержание**

##### **Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями; развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки

- настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3 частную форму произведения (с малоcontrastными по характеру частями), а также вариации, рондо;
- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), и выразить это в соответствующих движениях.

### **Развитие двигательных качеств и умений.**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

#### **Основные:**

- шаг – бодрый, спокойный, на полупальцах, на носках, на пятках, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением замедлением;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий;
- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), подскок «легкий» и «сильный» и др.;
- общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;
- имитационная лексика - различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе» и т.д.);
- плясовые движения – элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

### **Развитие умений ориентироваться в пространстве.**

Самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

### **Развитие творческих способностей:**

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

### **Развитие и тренировка психических процессов:**

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – по фразам;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде».

### **Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослого: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

### **Показатели уровня развития детей:**

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

## 1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### **Личностные результаты:**

- воспитание интереса к танцевальному искусству;
- привитие эстетического вкуса, формирование эмоциональной отзывчивости;
- проявление таких качеств как целеустремленность, чувство ответственности за результат совместной деятельности, терпение и выдержка;
- формирование культуры общения и поведения в коллективе.

### **Метапредметные результаты:**

- развитие танцевальных способностей;
- развитие внимания, чувства ритма, умения двигаться под музыку;
- развитие координации движений;
- развитие гибкости, физической силы и выносливости.

### **Предметные результаты:**

- знание основных хореографических терминов, различных танцевальных шагов, рисунков движений;
- умение выполнять элементы классического, народного и бального танцев;
- владение навыками простых перестроений;
- умение ориентироваться в сложных перестроениях;
- исполнение простых и усложненных танцевальных композиций;
- умение переключать внимание с одной задачи на другую.

### **По окончании обучения воспитанники:**

- разовьют музыкальность и пластичность;
- усвоят основы классической, народной и бальной хореографии;
- выработают натянутые ноги, танцевальный шаг;
- разовьют координацию движения.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
Учебный	1 сентября	31 мая	36	72	144	2 занятия в неделю

#### 2.1.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ЗАНЯТИЙ

Возрастная группа	Старшая, подготовительная группа	
Режим работы	Понедельник 17:00-17:30	Пятница 17:00-17:30

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Материально-техническое условия:

Для занятий по программе «Чудо-ритмика» требуются:

- проветриваемое помещение (музыкальный зал) площадью не менее 30 м<sup>2</sup>;
- устройство для воспроизведения музыкальных файлов, в т.ч. записанных в формате MP3;
- устройство для воспроизведения видеофайлов, экран;
- платочки, шарфики, ленты, мячи;
- бубны, колокольчики;
- гимнастические палки;
- костюмы и головные уборы для выступлений.

### Требования к внешнему виду обучающихся:

- ✓ тренировочная одежда (футболка, трико, шорты, юбка);
- ✓ специальная танцевальная обувь (чешки).

### Информационные условия:

- Фотоаппаратура.
- Компьютер с выходом в интернет.
- ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:
  - <https://ru.wikipedia.org/wiki>
  - <https://www.culture.ru/>
  - <https://yandex.ru/portal/video>
  - <https://www.youtube.com>

### 2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Контроль уровня освоения материала детьми осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии.

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

#### Диагностика

Диагностика проводится в форме открытых занятий, опроса и наблюдений педагога. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие:

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);

- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения);

- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);

- знание элементарных танцевальных понятий;

степень усвоения танцевального репертуара.

В конце года дети, получив более углубленное представление о музыке и движении, должны уметь:

анализировать музыкальное произведение

выделять сильные и слабые доли;

уметь выделить такт (объяснить понятие);

определять музыкальный жанр;

воспроизводить заданный ритмический рисунок;

самостоятельно начинать движение после вступления, менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;

правильно управлять телом (осанка, положение рук и т.д.);

умение ориентироваться в пространстве (перестроения в рисунки, равнение, интервалы);

свободно владеть основными понятиями, навыками классического танца (позиции рук: подготовительная, I, II, III; ног I, II, III; *demi plie*, *battement tendu*, *releve*);

уметь рассказать об истории рождения танца, особенностях характера русского танца, назвать формы русского танца, правильно исполнять простейшие движения русского танца;

самостоятельно выполнять элементы, танцевальные этюды, танцы.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

- аналитическая справка по результатам диагностики, грамоты и дипломы (при наличии конкурсов и фестивалей в образовательной среде).

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- тематические календарные праздники, тематические открытые занятия, выпускной бал, конкурсы и фестивали (при наличии в образовательной среде).

**Оценочные материалы**

Листы диагностики, критерии освоения программы.

## 2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

**Особенности организации образовательного процесса – очно.**

**Формы проведения занятий:**

- беседа;
- занятие-игра;
- творческое занятие;
- открытое занятие;
- итоговое занятие;
- репетиция;
- концертное выступление.

**Методы и приемы обучения:**

**наглядные:** практический качественный показ педагога, показ иллюстраций, фотографий, видеозаписей выступлений;

**словесные:** слушание, пояснение, объяснения, ситуативный разговор, беседа, рассказ;

**практические:** игры и упражнения, этюды и танцы, самостоятельное создание детьми музыкально-двигательных образов.

**Форма организации образовательного процесса:** групповая в количестве не более 15 детей, воспитанники в возрасте 5-7 лет.

**Формы организации НОД:** групповая форма.

**Формы организации учебного занятия:** НОД, открытое занятие, праздник, концерт, конкурс, фестиваль.

**Алгоритм НОД:**

**Структура НОД**

1. Ритуал «входа» в занятие. Приветствие, мотивация. Эмоциональный настрой на предстоящую деятельность.
2. Фигурная маршировка. Разминка. Перестроения.
3. Обучение технике исполнения движений. Освоение различных приемов движения.
4. Дыхательные упражнения.
5. Постановочная работа.
6. Игры и релаксация.
7. Эмоциональная установка на успешность. Рефлексия. Поклон. Ритуал «выхода» из занятия.

## **Педагогические технологии:**

### ***Технология развивающего обучения***

Развивающее обучение – это ориентация учебного процесса на потенциальные возможности человека и на их реакцию. Целью данного вида обучения является подготовка воспитанников к самостоятельному освоению знаний, поиску истины, а также к независимости в повседневной жизни. То есть оно основано на формировании механизмов мышления, а не на эксплуатации памяти. Воспитанники должны овладеть теми мыслительными операциями, с помощью которых происходит усвоение знаний и оперирование ими. Развивающее обучение – это обучение, содержание, методы и формы организации которого основываются на закономерностях развития ребенка.

#### ***Принципы, лежащие в основе технологии развивающего обучения:***

- вне деятельности нет развития;
- знание воспитанниками их собственных возможностей и результатов учения есть обязательные условия их дальнейшего психического развития;
- ребёнок становится субъектом образовательной деятельности лишь на основе таких личностных самообразований, как активность, самостоятельность и общение.

### ***Игровая технология***

Игровая деятельность является ведущей для детей дошкольного возраста. В процессе обучения игровая деятельность выполняет сразу несколько функций:

- 1) Обучающая функция - заключается в развитии памяти, внимания, восприятия информации, способствует развитию навыков владения своим телом.
- 2) Воспитательная функция - заключается в воспитании партнерских взаимоотношений, чувств сопереживания, взаимопомощи и взаимоподдержки.
- 3) Развлекательная функция - способствует раскрепощению детей, создавая на занятии атмосферу комфорта и благожелательности.
- 4) Коммуникативная функция - создает обстановку непосредственного общения, способствует единению коллектива воспитанников на основе установления новых эмоционально-коммуникативных взаимоотношений при общении с помощью движений.
- 5) Релаксационная функция – способствует снятию эмоционального напряжения, нервных перегрузок, возникающих при интенсивном обучении хореографическому искусству.

### ***Здоровьесберегающая технология***

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

Занятия хореографией способствуют формированию правильной осанки, дыхания, профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, воспитанию привычки повседневной двигательной активности.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Литература для педагога

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
3. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
5. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986.
6. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
7. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб:Просвещение, 1994.
8. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
9. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
10. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.

### Литература для детей и родителей

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», «Айрис - пресс» Москва, 2001г.
2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004.
3. Немова Г.В., Малышева А.Н. «Праздники, игры и танцы» Ярославль, академия развития, 2007 г.
4. Образцова Т.Н. «Музыкальные игры для детей» М; Этрол Лада 2005г.
5. Прокопов К., Прокопова В. «Клубные танцы» М; АСТ Астрель хранитель, 2006 г.
6. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара. - М., 2007.
7. Фомиченко И., Михайлова М. «Танцуем, играем, всех приглашаем», Ярославль, Академия развития 2007г.

### Интернет-ресурсы

1. Всё для хореографов: [horeograf.com](http://horeograf.com)
2. Хореографу в помощь: [dancehelp.ru](http://dancehelp.ru)

## Диагностика (Результаты освоения программы)

**Цель диагностики:** выявление уровня освоения программы ребенком.

**Метод диагностики:** наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий. При определении уровня развития ребенка, за основу взяты следующие программные задачи:

### Чувство музыкального ритма.

способность воспринимать и передавать разные ритмические рисунки, основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами. Темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке.

### Эмоциональная отзывчивость.

выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции.

### Танцевальное творчество.

Способность правильно и «музыкально» исполнять танцевальные движения, комбинации, умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

Комплексная оценка:

низкий уровень. (Требуется корректирующая работа педагога)

средний уровень.

высокий уровень.

<b>Чувство музыкального ритма.</b>	
Начало года	Конец года
<p>1. <i>Хлопки под музыку.</i> 3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку. 2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями. 1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога. 0 баллов – не может хлопать под музыку.</p>	<p>1. <i>Выделить хлопками сильные доли в музыке.</i> 3 балла – самостоятельно выделяет сильные доли в музыке. 2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями. 1 балл – выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога. 0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.</p>
<p>2. <i>Смена движений со сменой частей музыки.</i> 3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки. 2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями. 1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога. 0 баллов – не слышит части музыки.</p>	<p>2. <i>Прохлопать ритмический рисунок под музыку.</i> 3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку. 2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями. 1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога. 0 баллов – не может хлопать под музыку.</p>
	<p>3. <i>При помощи движений выделить смену частей музыки.</i> 3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки. 2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.</p>

	1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога. 0 баллов – не слышит части музыки.
<b>Эмоциональная отзывчивость.</b>	
<b>Начало года</b>	<b>Конец года</b>
1. Упражнение «О чем рассказывает музыка». 3 балла – выразительно передает заданные образы. 2 балла – не очень выразительно передает заданные образы. 1 балл – передает заданный образ при помощи педагога. 0 баллов – не может передать заданные образы.	1. Упражнение «Листок». 3 балла – выразительно передает заданный образ. 2 балла – не очень выразительно передает заданный образ. 1 балл – передает заданный образ при помощи педагога. 0 баллов – не может передать заданный образ.
2. Упражнение «Птичий двор». 3 балла – выразительно передает заданный образ. 2 балла – не очень выразительно передает заданный образ. 1 балл – передает заданный образ при помощи педагога. 0 баллов – не может передать заданный образ.	3. Упражнение «В гостях у сказки». 3 балла – выразительно передает заданные образы. 2 балла – не очень выразительно передает заданные образы. 1 балл – передает заданный образ при помощи педагога. 0 баллов – не может передать заданные образы.
<b>Танцевальное творчество.</b>	
<b>Начало года.</b>	<b>Конец года.</b>
1. Повторить за педагогом танцевальные движения 3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальные движения. 2 балла – «музыкально» исполняет танцевальные движения, допуская небольшие неточности. 1 балл – исполняет танцевальные движения, допуская значительные неточности. 0 баллов – не может выполнить танцевальные движения.	1. Исполнить танцевальную комбинацию. 3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию. 2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности. 1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога. 0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.
	2. Выбрать движения согласно музыкальному материалу. 3 балла – правильно выбирает движения. 2 балла – выбирает движения, допуская небольшие неточности. 1 балл – выбирает движения при помощи педагога. 0 баллов – не может выбрать движения.  3. Придумать танцевальную комбинацию на заданную музыку. 3 балла – легко придумывает комбинацию, не путает стили музыки. 2 балла – придумывает комбинацию, но иногда требуется подсказка педагога. 1 балл – затрудняется в придумывании танцевальной комбинации. 0 баллов – не может придумать комбинацию.

## Приложение 2

### Процедура оценки эффективности обучения предполагает соотнесение следующих параметров и критериев.

Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Предметная подготовка			
Комплексы заданий и упражнений	Выполнил все задания без ошибок	Практические задания выполнил с ошибками	С практическими заданиями не справился
Музыкально-ритмические способности			
Чувство ритма	Отличное чувство ритма	Среднее чувство ритма	Нет чувства ритма
Музыкально-ритмическая координация	Четко исполняет танцевальные элементы под музыку	Не четко исполняет танцевальные элементы под музыку	Не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура			
Эмоциональная выразительность	Очень яркий, эмоционально-выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене	Не очень эмоционально выразительный ребенок, есть небольшой зажим на сцене	Нет эмоциональной выразительности, зажат на сцене
Создание сценического образа	Легко и быстро перевоплощается в нужный образ	Не сразу перевоплощается в нужный образ	Не может создать сценический образ

### Приложение 3

#### Методика «Карта оценки педагогом компетентности воспитанника»

Бланк карты

Необходимо оценить по пятибалльной шкале знания и умения, которые воспитанники получили, занимаясь в кружке (коллективе) в этом учебном году (1 – самая низкая оценка, 5 – самая высокая).

№	Знания и умения	1	2	3	4	5
1	Освоил теоретический материал по темам и разделам					
2	Знает специальные термины, используемые на занятиях					
3	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности					
4	Умеет выполнить практические задания (упражнения) которые дает педагог					
5	Научился самостоятельно выполнять творческие задания					
6	Умеет воплощать свои творческие замыслы					
7	Может научить других тому, чему научился сам на занятиях					
8	Научился сотрудничать с ребятами в решении поставленных задач					
9	Научился получать информацию из разных источников					
10	Достижения в результате занятий					

Структура вопросов:

Пункты 1, 2, 9 – опыт освоения теоретической информации.

Пункты 3, 4 – опыт практической деятельности.

Пункты 5, 6 – опыт творчества.

Пункты 7, 8 – опыт коммуникации.

**Процедура проведения:**

Данную карту заполняет педагог в пустых клеточках.

**Обработка результатов:**

Вычисляется среднеарифметическое значение по каждой характеристике

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340238

Владелец Антропова Надежда Васильевна

Действителен с 02.12.2025 по 02.12.2026