

**Частное дошкольное образовательное учреждение
«1 ПЕРВЫЙ ДЕТСКИЙ»**

СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Протокол заседания Педагогического	Директор ЧДОУ «1 ПЕРВЫЙ ДЕТСКИЙ»
совета ЧДОУ «1 ПЕРВЫЙ ДЕТСКИЙ»	Л.А.Боголюбская
от 25 августа 2025 г., № 1	«25» <u>августа</u> 2025 г.

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

«ДЕТСКАЯ РИТМИКА»

МОСКВА, 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Танец – это душа человека,
начиная с маленького ребенка.*

Игорь Моисеев

*Возможно, самое лучшее,
самое совершенное и радостное, что есть в
жизни - это свободное движение под музыку
И научиться этому можно у ребенка...*

А.И. Буренина

Движение под музыку – любимое занятие малышей. Еще не научившись говорить, ребенок чувствует ритм, эмоционально откликается на звучание веселой мелодии. Поэтому приобщение детей с раннего возраста к музыкальному движению – одно из наиболее полезных и приятных занятий.

С давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. Об этом знали еще в Древней Греции, где сформировалось представление о том, что основой прекрасного является Гармония. По мнению Платона, «трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души... Ввиду этого воспитание в музыке надо считать самым главным: благодаря ему Ритм и Гармония глубоко внедряются в душу, овладевают ею, наполняют ее красотой и делают человека прекрасно мыслящим... Он будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой быт».

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, которые основаны на движениях под музыку, развивающие музыкальный слух и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Дошкольный возраст представляет собой сенситивный период организации процесса обучения музыкально – ритмическим движениям, так как именно в этом возрасте необходимо воспитание в детях «мышечного чувства», которое в свою очередь способствует успешной работе мозга. Обучение музыкально – ритмическим движениям, является универсальным средством развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения.

Актуальность

В связи с возрастающей учебной нагрузкой в детском саду, возникла

необходимость внедрения программы дополнительного образования **художественной направленности**, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей. Актуальность данной программы в том, что, основываясь на синтезе музыки и пластики, она открывает огромные возможности для воспитания души и тела, способствует психологическому раскрепощению ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента, самовыражению через движения.

Новизна

Новизна предлагаемой программы состоит в том, что данный материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. Программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога. В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи или «живом» исполнении, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими свободного владения телом, музыкального слуха, богатого воображения и фантазии.

Программа художественной направленности составлена с учетом авторской программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика».

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей.

При организации двигательной активности детей следует учитывать их возрастные особенности. Развитие двигательной активности детей обязательно требует индивидуального подхода. Педагог должен ориентироваться на состояние здоровья каждого ребёнка. В процессе выполнения упражнений необходимо наблюдать за самочувствием детей, варьировать содержание занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребёнка. Очень важно соблюдать баланс: так, более сложные упражнения следует чередовать с менее сложными.

- Принцип оздоровительной направленности, обеспечивающий оптимизацию двигательной активности детей, укрепление здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.
- Принцип - развивающий эффект. Этот принцип требует соблюдения повторяемости и постепенности педагогических воздействий (многократное выполнение нагрузки как в рамках одного занятия, так и системы занятий; постепенное планомерное увеличение и обновление заданий в сторону их усложнения, увеличения объема и интенсивности нагрузки по мере роста функциональных возможностей

организма).

Принципы создания программы:

- доступность, систематичность, последовательность в приобретении знаний, умений
- принцип взаимодействия ребенка с той средой, в которой он живет
- принцип эмоциональной увлеченности и заинтересованности

Основные разделы программы взаимодействуют между собой и дополняют друг друга.

На занятиях по ритмике учатся слушать и понимать музыкальное произведение и одновременно ритмично двигаться, и выполнять определенные движения, согласовывая их с музыкой.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель данной программы – развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности, способствуют решению следующих **задач**:

1. Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- развитие творческого воображения и фантазии;
 - развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.
4. Развитие и тренировка психических процессов:
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
 - тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
 - развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.
5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:
- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
 - воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Приоритетные задачи в зависимости от возраста детей:

3-4 года:

- воспитание интереса, потребности в движениях под музыку;
- развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпом ритмом музыки;
- обогащение слушательского и двигательного опыта, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально – игровым образом;
- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству;

5-7 лет:

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

ФОРМЫ И МЕТОДЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

Основными принципами формирования программы являются – широкая вариативность и модульность. Программа является вариативной, комплексной, то есть при возникновении необходимости допускается корректировка содержания, форм занятий и времени прохождения материала. Вариативность программы позволяет, не изменяя цели и задачи, наиболее полно раскрыться творческим способностям педагога.

В программе предусматриваются различные формы проведения занятий:

- групповая,
- работа с подгруппой/ индивидуально.

Широко варьируется и методика проведения занятий, которые основываются на следующих методических принципах программы:

- Принцип дифференцированного подхода к детям;
- Принцип индивидуализации и процесса обучения
- Принцип преемственности ДООУ и семьи
- Принцип доступности и постепенности (осваивания навыков - от простого к сложному)
- Принцип систематичности (учитывая индивидуальные возможности)
- Принцип сознательности и активности
- Принцип наглядности

Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. В процессе дополнительной образовательной деятельности используются различные виды музыкально – ритмической деятельности:

- образно – игровые композиции (инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения),
- танцевальные композиции;
- сюжетные танцы;
- общеразвивающие, по типу детской аэробики;
- музыкальные игры, этюды.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Программа предназначена для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет. Программа рассчитана на 4 года обучения.

Занятия проводятся 2 раза в неделю в рамках расписания. Место проведения занятий: музыкальный зал

Норма наполняемости группы не более 15 человек. Дети принимаются на занятия пожеланию.

Возрастная группа	число детей в группе	Длительность занятий в минутах
3-4 года	15	15-20 мин.
5-7 лет	15	25-30 мин.

Этапы реализации:

1 этап (младший дошкольный возраст) – начальное обучение новым музыкально-ритмическим движениям.

Цель: создание общего представления о новом движении во взаимосвязи с музыкой. **2 этап** (старший дошкольный возраст) – закрепление материала, освоение и отработка техники выполнения новых танцевальных движений.

Цель: выполнение движений в соответствии со средствами музыкальной выразительности.

3 этап - эмоциональное и выразительное исполнение танцев, танцевальных миниатюр, самостоятельное создание групповых проектов. Творческая самореализация.

Цель: совершенствование и самостоятельное выполнение движений во взаимосвязи с музыкой.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

3-4 года

- проявлять интерес к самому процессу движения под музыку;
- выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ;
- разнообразие выполняемых движений. Соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения;
- уметь ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистрами;
- самостоятельно начинать и заканчивать движения с началом и окончанием музыки;
- передавать хлопками простой ритмический рисунок;
- чувствовать в музыке переход от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами, согласовывая их с характером музыки;
- эмоционально откликаться на музыку передавать настроение, характер;
- координировать движения;

- двигаться согласованно с музыкой;
- ориентироваться в пространстве

5-7 лет

- слышать и отмечать в движении сильную долю такта (хлопками), менять движение в соответствии с формой музыкального произведения;
- различать части и фразы произведения, динамические оттенки и передавать их в движение;
- уметь передавать разнохарактерные образы;
- импровизировать в движении, танцевать с предметами;
- согласовывать движения с музыкой - различать малоконтрастные части музыки;
- самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать движением; владеть техникой исполнения танцевальных движений в народном, эстрадном, классическом стилях.
- создавать (совместно с педагогом) модели танцев, танцевальных миниатюр, групповых проектов;

СОДЕРЖАНИЕ

Содержание занятий, репертуара, игр, концертов и других видов деятельности подбирается с учетом возрастных особенностей обучающихся. Образовательный процесс образовательной деятельности делится на три ступени исполнительского мастерства:

1. развитие мелкой и крупной моторики
2. танцевально-двигательный
3. развитие творческих способностей через игры, танцы, драматизацию, импровизацию.

Программный материал, построен от простого к сложному.

- определены темы работы с детьми;
- дано описание техники выполнения, танцевальных движений;
- подобран комплекс упражнений на релаксацию, игры на развитие отдельных анализаторов, упражнения, развивающие коммуникативные навыки детей;
- пальчиковая гимнастика;
- игровой самомассаж;
- разработан комплекс танцевальных движений.

Виды занятий:

Занятие – знакомство

1. Приветствие
2. Упражнения для развития музыкальности, слухового внимания, чувства ритма, двигательных качеств и умений
3. Знакомство с новым материалом через:
 - рассказ, просмотр видео, дидактического материала, непосредственно показ педагога
 - чтение литературных произведений
 - беседу
 - слушание музыкальных произведений
4. Разучивание
5. Музыкально-ритмические игры (1 – 2 игры) – на закрепление нового материала

Занятие – закрепление

1. Приветствие
2. Упражнения для развития музыкальности, слухового внимания, чувства ритма, двигательных качеств и умений
3. Повторение пройденного материала через:
 - а) беседу
 - б) вопросы к детям
 - в) выполнение детьми творческих заданий
 - г) слушание музыкальных произведений
4. Разучивание
5. Музыкально-дидактические игры (1 – 2 игры) – на закрепление пройденного материала.

Занятие – эксперимент

1. Приветствие
2. Упражнения для развития музыкальности, слухового внимания, чувства ритма, двигательных качеств и умений, нравственно-коммуникативных качеств личности
3. Знакомство с новым материалом через: - рассказ педагога - ранее разученных упражнений, движений, танцев
4. Музыкально-дидактические игры (1 – 2 игры) – на закрепление нового материала.

Занятие – слушание

1. Приветствие
2. Упражнения для развития музыкальности, слухового внимания, чувства ритма, двигательных качеств и умений, нравственно-

коммуникативных качеств личности, умения ориентироваться в пространстве

3. Знакомство с новым материалом через:

- беседу,
- чтение литературных произведений (стихи, загадки, рассказ, сказка, легенда и т.д.)
- слушание музыкальных произведений (разных по стилю, жанру, народности, либо песня)
- просмотр видео, дидактического материала
- непосредственно показ педагога
- художественное творчество

4. Выставка детских работ

Занятие – творчество

1. Приветствие

2. Упражнения для развития музыкальности, слухового внимания, чувства ритма, двигательных качеств и умений, нравственно-коммуникативных качеств личности, эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике творческого воображения и фантазии

3. Самовыражение детей через:

- движение - импровизацию
- ритмическое творчество
- игры
- слушание музыкальных произведений разных по стилю, жанру, народности и последующее художественное творчество

4. Музыкально-дидактические игры (1 – 2 игры) – на закрепление пройденного материала

Занятие - репетиция

1. Приветствие

2. Упражнения для развития музыкальности, слухового внимания, чувства ритма, двигательных качеств и умений, нравственно-коммуникативных качеств личности, умения выражать эмоции, воспитание выносливости, развитие силы

3. Работа над танцем - самостоятельное исполнение танцев - работа над ошибками - работа над эмоциональным, выразительным, ритмичным исполнением

4. Музыкально-дидактические игры (2 – 3 игры) – на закрепление пройденного материала.

5. Просмотр мультфильмов, фильмов, концертов, телепередач; слушание музыкальных произведений и последующее художественное творчество

Занятие – концерт

- 1.Приветствие
- 2.Разминка
- 3.Непосредственно выступление - в форме концерта - постановка сказки и др.
- 4.Заключение
 - беседа
 - просмотр видео, фото материалов

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

Для контроля умений и навыков обучающихся и проверки результативности обучения предусмотрены следующие мероприятия:

- проведение открытых занятий для родителей;
- участие в праздниках;
- проведение отчетных концертов.

УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

№	Наименование раздела	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводная беседа	1	1	-
2	Техника безопасности	0,5	0,5	-
3	Правила поведения на занятии	0,5	0,5	-
4	Беседы	0,5	0,5	-
5	Рассматривание иллюстраций	0,5	0,5	-
6	Просмотр видео, мультфильмов	2	-	2
7	Упражнения	12	-	12
8	Развивающая гимнастика	5	-	5
9	Пальчиковая гимнастика	5	-	5
10	Музыкальные игры	5	-	5
11	Творческие игры	5	-	5
12	Разучивание танцев	18	4	14
13	Импровизация	5	-	5
14	Открытые занятия для родителей	2	-	2
15	Участие в мероприятиях	2	-	2

Примечание:

- в учебном (тематическом) плане 2 года обучения задания внутри разделов строятся по принципу усложнения, с учетом возрастных,

психологических и образовательных способностей обучающихся

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводная беседа

Детская ритмика – интересная и полезная для здоровья и красивой осанки

2. Техника безопасности

Что опасно? Почему? Правила безопасности в музыкальном зале

3. Правила поведения на занятии Уроки вежливости, культуры поведения, этикета, навыки работы в группе, в коллективе

4. Беседы Что такое танец: его история происхождения, виды, стили, его предназначение

5. Рассматривание иллюстраций, фотографий Знакомство с жанрами и стилями танцев, с народными и классическими танцами, его костюмами и др.

6. Просмотр видео, мультфильмов Народные танцы, классические, танцы народов мира и др.

7. Упражнения Упражнения для развития: музыкальности, слухового внимания, чувства ритма, двигательных качеств и умений, нравственно-коммуникативных качеств личности, умения выражать эмоции в мимике и пантомимике, творческого воображения и фантазии

8. Развивающая гимнастика Гибкость – пластичность - правильная осанка

9. Пальчиковая гимнастика Речь - ритм - моторика

10. Музыкальные игры

Игры под музыку, под слово;

11. Творческие игры

Игры сюжетные, ролевые, импровизационные

12. Разучивание танцев Классический, спортивный, современный, народный, стилизованный,

13. Импровизация Расслабление, расскажи танец, покажи зверей, птиц, насекомых, героев сказок, людей. Как танцует бабочка, цветочек, мишка, лиса, заяка и др. Придумать русский народный танец, вальс снежинок и др.

14. Открытые показы для родителей. Отчетный концерт.

15. Участие в концертах, конкурсах, праздниках, музыкальных досугах, открытых занятиях Выступление на районных, окружных конкурсах и фестивалях.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Музыкальный зал (плоский пол), стулья, зеркало, фортепиано, проектор, музыкальный центр, ноутбук. Методическая литература, сборники игр, упражнений, танцев. Различные атрибуты для танцев и упражнений и т.п.

Примерный список тем для реализации программы

- «Танец – язык общения»
- «Русский танец»
- «Народные танцы»
- «Традиции народов мира»
- «По странам и континентам»
- «Мир животных»
- «Мир растений»
- «Космос»
- «Сказки»
- «Новый год – волшебный праздник»
- «Москва»
- «Великая Отечественная Война»

Тематические занятия:

- «Ярмарка»
- «Осенины»
- «Колядки»
- «Зимние игры»
- «Веснянка»
- «Игрушки»

ЛИТЕРАТУРА

Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика». – Санкт-Петербург 200

Буренина А.И. Танцевальная палитра. Музыкальная палитра. - Санкт-Петербург 2002;

Буренина А.И. Танцы-игры для детей. - Санкт – Петербург, 2000;

Коренева «Музыкально-ритмические движения». – Москва «Владос», 2001

Волкова Г.А. «Логопедическая ритмика». – Москва «Просвещение», 1985

Ветлугина Н.А. «Музыкальное развитие ребенка». – Москва «Просвещение», 1967

Каплунова И.Н., Новосельцева И.А. Топ-топ, каблучок. - Москва 2002

