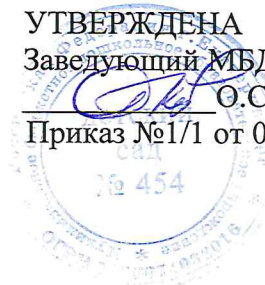


**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА
ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 454
МБДОУ № 454**

Юридический адрес: 620076, г. Екатеринбург, улица Походная, 54 а
тел. (343)263-01-33, mdou454@eduekb.ru

ПРИНЯТО
Педагогическим советом МБДОУ №454
Протокол №1 от 27.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МБДОУ № 454
О.С. Кутенко
Приказ №1/1 от 01.09.2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПО РИТМИКЕ
«РИТМИКА ДЛЯ МАЛЫШЕЙ»**

(Физкультурно-оздоровительное направление)

Возраст детей: 3-6 лет

Срок реализации: 3 года

Разработала: Пустильник Ирина Александровна
инструктор по физической культуре
высшая кв. категория

г. Екатеринбург
2025 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка (актуальность, направленность, педагогическая целесообразность, новизна Программы).....	3
1.2. Цели и задачи дополнительной образовательной программы.....	4
1.3. Сроки реализации Программы.....	5
1.4. Основные принципы реализации Программы.....	5
1.5. Ожидаемые результаты освоения Программы.....	6

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Характеристика возрастных и индивидуальных особенностей детей 3-4 лет.....	7
2.2. Характеристика возрастных и индивидуальных особенностей детей 4-5 лет.....	7
2.3. Характеристика возрастных и индивидуальных особенностей детей 5-6 лет	8
2.4. Содержание Программы.....	8
2.5. Формы и методы по реализации основных задач Программы.....	13
2.6. Система оценки результатов освоения Программы.....	14
2.7. Учебно-тематический план по Программе	14

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Расписание занятий.....	18
3.2. Методическое обеспечение.....	18
3.3. Материально-техническое обеспечение.....	18

Список использованной литературы.....	19
---------------------------------------	----

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Дошкольный период является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека, в формировании физического здоровья и навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Среди многих факторов (социально-экономических, демографических, культурных и других), которые оказывают влияние на состояние здоровья детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место. Ведь чем активнее вовлечение ребенка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Движения необходимы ребенку, так как они способствуют совершенствованию его физических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». Занятия ритмикой помогают творчески реализовать эту потребность, так как бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет, мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка.

Дополнительная физкультурно-оздоровительная программа «Ритмика для малышей» направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей младшего дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях. В основе разработки использована программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г.

Направленность Программы: физкультурно - оздоровительная.

Актуальность Программы: Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Педагогическая целесообразность Программы заключается в том, что использование ритмической гимнастики в работе с детьми создаёт необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, требуемый уровень выполнения заданий. Способствует развитию у детей мышечной силы, гибкости, выносливости и координации движений; чувства ритма, музыкального слуха, памяти и внимания; выразительности,

пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений. Дети легче запоминают и усваивают движения, повышается эмоциональный фон занятия. Всё это в комплексе даёт положительную динамику в развитии, воспитании и образовании детей.

Новизна: В последнее время в ДОО все чаще стали применять нетрадиционные средства в физическом развитии детей. Наиболее популярной сейчас является танцевально-игровая гимнастика. Данная программа объединила все то, что доставляет детям радость, помогает справляться со стрессовыми ситуациями: и игру, и творчество, и общение, и возможность выразить свой внутренний мир. И все это объединено музыкой, которая поднимает настроение, раскрепощает детей. Таким образом, программа «Ритмика для малышей» помогает сохранять и укреплять и психическое и физическое здоровье. Программа состоит из множества разделов, которые направлены на содействие всестороннему развитию личности дошкольника.

1.2. Цель Программы.

Создание условий для воспитания у детей младшего дошкольного возраста интереса и потребности в движениях под музыку, а также развития умения выполнять движения в соответствии с характером, темпом и ритмом музыки.

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- формировать правильную осанку.

Образовательные задачи:

- развивать чувство ритма, умение согласовывать движения с музыкой;
- развивать психологические процессы (память двигательная, слуховая, образная);
- развивать двигательные качества (гибкость, координация, выносливость) и умений;
- развивать творческие способности;
- способствовать обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений;
- развивать мелкую моторику.

Воспитательные задачи:

- воспитывать нравственные качества (уважительное отношение ко взрослым и к сверстникам);
- воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движениях.

1.3. Сроки и этапы реализации Программы.

Объем программы – 72 часа, рассчитан на 36 недель, с недельной нагрузкой – 2 раза в неделю по 30 минут.

Учебные группы комплектуются по возрастному принципу:

- дети 3-4 лет;
- дети 4-5 лет;
- дети 5-6 лет.

Численный состав групп 15-20 человек.

Программа рассчитана на три года обучения для детей 3-6 лет. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении.

Форма работы: Групповая.

1.4. Основные принципы реализации Программы.

В соответствии с ФГОС Программа опирается на научные принципы ее построения, что учитывается при организации образовательного процесса:

1. Принцип целенаправленности – дети учатся ставить перед собой реальные цели и стремятся достигать их до появления результата;

2. Принцип наглядности – показ движений педагогом

3. Принцип развивающего и воспитывающего характера обучения – развитие личности и индивидуальности ребёнка;

4. Принцип систематичности и последовательности – от простого к сложному;

5. Принцип доступности обучения;

6. Принцип сотрудничества – общая цель у педагога и воспитанника, творческая совместная деятельность;

7. Принцип сотворчества – творческую личность можно воспитать только в творческой обстановке и при участии педагога;

8. Принцип гуманизации – ребёнок является главной ценностью, со своим внутренним миром, интересами, потребностями, способностями, возможностями и особенностями.

9. Принцип индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);

10. Принцип оздоровительной направленности, обеспечивающий оптимизацию двигательной активности детей, укрепление здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

1.5. Целевые ориентиры и ожидаемые результаты освоения Программы.

Целевые ориентиры:

- исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, и двигательные задания;
- владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;
- умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;
- владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- передает характер музыкального произведения в движении;
- выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Ожидаемые результаты.

Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.

Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.

Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.

Приобщение к здоровому образу жизни.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Характеристика особенностей развития детей 3-4 лет.

Дети 3-4 лет чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость.

Движение малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объём и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер. Задачей педагога является воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, формирование умений использовать знакомые движения в игровых ситуациях.

Развитие воображения, фантазии, умения находить свои, движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками. Детям предлагаются более простые композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более простые схемы перестроений и элементарные танцевальные движения.

2.2. Характеристика особенностей развития детей 4-5 лет.

Музыкально - ритмическая игровая деятельность особенно привлекательна для дошкольников, поскольку потребность в движении в этом возрасте наиболее ярко выражена.

Дети 5 года жизни очень активны, моторны, в окружающем пространстве ориентируются более уверенно. В области музыкально – ритмических движений у детей 4-5 лет появляются новые возможности: движения под музыку делаются более легкими и ритмичными, удается передавать в пластике музыкальный образ, используя разнообразные виды движений, качество исполнения движений повышается. К этому времени у детей улучшается координация движений руки ног, обогащается слуховой опыт, поэтому они уже способны воспроизводить в хлопках, притопах, шагах и т. д. элементарные ритмические рисунки. В системе чувства музыкального ритма у детей в наибольшей степени представлено чувство темпа.

Вместе с тем возможности детей этого возраста в музыкально – ритмической деятельности по - прежнему остаются сравнительно небольшими: легкость движений относительна, синхронность движений в паре, в подгруппе вызывает затруднения, выразительность движений не достаточна, выполнение сложных по координации движений им еще недоступно, длительность игры и пляски не продолжительна.

Однако все это не снижает интерес детей и их возможности в освоении музыкальных игр, танцев, танцевальных упражнений.

2.3. Характеристика особенностей развития детей 5-6 лет.

Старший возраст - важнейший период в развитии дошкольника. В этом возрасте возрастают физические возможности детей: движения их становятся значительно более уверенными и разнообразными, восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными повторять различные не очень сложные движения за педагогом, запоминать композиции из нескольких движений. Начинает развиваться и образное мышление. Дети с удовольствием исполняют движения, создают образы сказочных персонажей, животных. Это очень активный возраст, что создаёт новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Дети старшего возраста отличаются высокой эмоциональностью, ярко и непосредственно выражают свои чувства.

Увеличивается устойчивость внимания. Он уже способен удерживать в памяти, при выполнении действий, определенные условия: прямая спина, подтянутый корпус, поднятая голова и т.д. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро и резко утомляется, становится психически и физически вынослив.

Образные упражнения и музыкальные игры создают широкую возможность для развития художественно-творческих способностей детей – проявления фантазии, выдумки, активности, инициативы. Обучение двигательным навыкам необходимо проводить в увлекательной форме. В этот период резко возрастает потребность в движении. Растущий организм ребенка требует активных движений. Дети очень энергичны, активны, подвижны.

В этом возрасте дети легко общаются, идут на контакт со сверстниками и взрослыми. Они с удовольствием принимают участие в игровых упражнениях. Для этого возраста интересна работа в парах. Дети с удовольствием меняются партнерами. Это помогает подружить детей и легче сформировать танцевальную группу. Когда в группе появляются лидеры, то появляется и элементы соревновательности. Это очень важно для сравнения себя с другими, что ведет к стремлению ребенка двигаться вперед.

2.4. Содержание Программы.

Данная программа состоит из следующих разделов:

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование

умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, дыхательные, упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки.

Игротанцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, ритмические танцы.

В разделе «Танцевально – ритмическая гимнастика» представлены образно – танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально – игровой гимнастике.

Раздел «Игры – путешествия» (или сюжетные занятия) включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощённости.

Планирование работы по разделам.

Первый год обучения (младшая группа 3-4 года)	
Игроритмика	Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко – тихо». Выполнение упражнений под музыку.

Игrogимнастика	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.
Общеразвивающие упражнения	Упражнения без предмета. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений. Упражнения с предметами. Упражнения с погремушками, султанчиками (хлопками). Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положение рук, ног. Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку. Имитационные, образные упражнения.
Игротанцы	Хореографические упражнения. Полуприседы, подъемы на носки. Стойка руки на поясе и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений. Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов. Ритмические танцы.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Специальные композиции и комплексы упражнений под музыку.
Игровой самомассаж	Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.
Музыкально-подвижные игры	Музыкально-подвижные игры по ритмике. Подвижные, образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений.

Второй год обучения (средняя группа, 4-5 лет)	
Игроритмика	Специальные упражнения для согласования движения с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый счет. Выполнение простейших движений руками в различном темпе.

Игрогимнастика	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом.
Общеразвивающие упражнения	Упражнения без предмета. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами. Упражнения с предметами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Свободное расслабление рук в положении лежа на спине, потряхивание ногами из положения лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц – выдох; при расслаблении мышц – вдох. Упражнения на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения.
Игротанцы	Хореографические упражнения. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Выставление ноги в сторону на носок. Повороты направо\налево, переступая на носках. Полуприседы, стоя боком к опоре. Комбинации хореографических упражнений. Танцевальные шаги. Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же – с поворотом на 360 градусов. Поворот на 360 на шагах. Комбинации из изученных танцевальных шагов. Ритмические танцы.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Специальные композиции и комплексы упражнений под музыку.
Музыкально-подвижные игры	Музыкально-подвижные игры по ритмике. Подвижные, образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений.

Третий год обучения (старшая группа, 5-6 лет)	
Игроритмика	Специальные упражнения для согласования движения с музыкой. Ходьба на каждый счёт и через счёт. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт и наоборот. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.
Игрогимнастика	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево. переступанием по команде. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и ориентирам. Размыкание по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим.
Общеразвивающие упражнения	Упражнения без предмета. Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в седах и положении лежа. Сед «по – турецки». Прыжки на двух ногах. Упражнения с предметами. Основные положения и движения в упражнениях с лентами. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Расслабление рук на различное количество счетов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание ногами в положении стоя. Упражнения на осанку в седе.
Игротанцы	Хореографические упражнения. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки. Выставление ноги назад на носок и поднятие ноги. Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Пружинные движения ногами на полуприседах. Шаг с подскоком. Шаг с притопом. Комбинации из изученных шагов. Ритмические танцы.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Специальные композиции и комплексы упражнений под музыку.
Музыкально-подвижные игры	Игры на определение динамики и характера музыкального произведения, типа заданий для 10 строевых и общеразвивающих упражнений.

«Игры– путешествия» (или сюжетные занятия)	Подведение итогов
---	-------------------

Структура занятия:

1. Вводная часть (организационный момент, поклон, шаги по кругу с заданиями).
2. Упражнения на выработку и совершенствование двигательного-ритмических навыков (общеразвивающие упражнения, гимнастические комплексы).
3. Упражнения и задания на совершенствования музыкально-ритмических навыков.
4. Музыкально-ритмические игры, инсценировки, упражнения с предметами, разучивание танцев, творческие задания.
5. Краткий анализ занятия, домашнее задание.

2.5. Формы и методы по реализации основных задач Программы.

Развитие физически полноценных, здоровых детей - основная цель педагога дошкольного учреждения и для этого он должен использовать все возможные средства и методы работы. Одним из таких методов работы с детьми является игра. В основу дополнительной программы «Ритмика для малышей» положена двигательная-игровая деятельность детей, являющаяся ведущей в воспитании и образовании дошкольников.

Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Наглядный метод – выразительный показ под счёт, с музыкой. Является основным. Разучивание нового движения, упражнения, особенно 1 год обучения, сопровождается точным показом педагога. Педагог обязан выполнять упражнения вместе с детьми.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка. Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Объяснения должны быть краткими, точными, конкретными.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Творческий – самостоятельное создание воспитанниками музыкально-двигательных образов.

На занятиях ритмикой ребёнок развивается многосторонне, приобретая ряд навыков и умений: улучшается физическая форма ребёнка, вырабатывается координация, ребёнок обучается простейшим танцевальным движениям, усваивает такие понятия, как темп, ритм, а также жанр и характер музыки малыш учится адекватно выражать и контролировать свои эмоции, развивается творческая активность. Спортивная оздоровительная ритмика в детском саду является хорошей подготовкой для дальнейших занятий музыкой, танцами, спортом. Занятия ритмикой дают отличную «мирную» разрядку для гиперактивных детей. Спортивная оздоровительная ритмика помогает раскрепоститься, учит свободно двигаться, создаёт ощущение радости.

Формирование осанки, культуры движений, мимики, развитие музыкального вкуса повышают уверенность ребёнка в себе. Совершенствование координации движений способствует повышению коммуникативной активности ребёнка.

Высокая выразительность и эмоциональность занятий оказывают положительное влияние на психическое самочувствие дошкольников.

2.6. Система оценки результатов освоения Программы.

1. Открытые занятия.
2. Развлечения, досуги.
3. Фото- и видеоальбомы.
4. Презентации.
5. Итоговые занятия.
6. Педагогические наблюдения.

2.7. Учебно-тематический план по дополнительной образовательной программе «Ритмика для малышей».

Учебно-тематический план для детей 3-4 года
(1-й год обучения)

Месяц	Содержание занятия	Репертуар
Сентябрь	Формирование навыка ритмичной ходьбы. Развитие слухового внимания. Развитие умения начинать и заканчивать движения под музыку. Развитие чувства ритма.	«Хлопки» «Да-да-да»
Октябрь	Формирование элементарных плясовых навыков. Расширение двигательного опыта. Развитие умения координировать движение с музыкой.	«Ежик»

Ноябрь	Развитие способности детей исполнять выразительные движения в соответствии с музыкой .	«У каждого мама своя»
Декабрь	Развитие навыков основных видов движений ходьба и бег, умения бегать под музыку, прыгать вперед, назад.	«Новый год»
Январь	Развитие мелкой моторики, чувства ритма, внимания. Развитие ловкости, точности, координации движений. Развитие умения различать контрастные части в музыке.	«Летка-енка»
Февраль	Развитие умения легко, ритмично прыгать на одной и двух ногах. Формирование навыков исполнения элементарных плясовых движений.	«Всем на свете нужен дом»
Март	Развитие точности, ловкости, выразительности движений, мелкой моторики, музыкального слуха.	«Паучок»
Апрель	Развитие у детей навыка ходьбы под музыку, чувства ритма, координации движений.	«Малышок»
Май	Развитие мелкой моторики, чувства ритма, умения выполнять движения в парах. Расширение двигательного опыта. Обогащение эмоционального переживания детей. Развитие медленных, плавных движений.	«Танец утят»

Учебно-тематический план для детей 4-5 лет
(2-й год обучения)

Месяц	Содержание занятия	Репертуар
Сентябрь	Учить реагировать на начало и окончание звучания музыки. Передавать в движении различный её характер. Учить самостоятельно ориентироваться в пространстве.	«Топ и хлоп» «Весёлые ладошки» «Птички летают» «Зарядка»
Октябрь	Развивать память детей. Учить преодолевать двигательный автоматизм. Развивать выразительность жеста.	«Почемучный возраст»
Ноябрь	Упражнять детей в несложных плясовых движениях, учить передавать их выразительно и	«Разноцветная песенка»

	эмоционально. Выполнять движения в соответствии со словами песни.	
Декабрь	Побуждать детей выразительно передавать игровой образ, импровизировать танцевальные движения, составлять небольшие музыкальные композиции. Развивать фантазию, воображение, передавать игровой образ.	«Снежинок хоровод»
Январь	Выполнять движения под текст игровой песни, согласовывать их с музыкой. Самостоятельно находить движения для передачи зимних игр и забав. Побуждать выразительно передавать характерные особенности персонажей, выраженных в музыкальных образах.	«Детки-конфетки»
Февраль	Определять характер музыки и передавать его в движении. Слышать и отмечать в движении смену частей музыкального произведения.	«С добрым утром»
Март	Выразительно танцевать с предметами. Воспитывать умение самостоятельно действовать в игре.	«Где живут улыбки»
Апрель	Развивать выразительность жеста. Совершенствовать плясовые движения. Согласовывать движения с музыкой. Передавать в движениях игривый, весёлый, задорный характер музыки.	«Разноцветный дождь»
Май	Развивать воображение, уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ. Выполнять правила коллективной игры. Будить фантазию детей.	«Непогодица»

Учебно-тематический план для детей 5-6 лет
(3-й год обучения)

Месяц	Содержание занятия	Репертуар
Сентябрь	Совершенствовать музыкально-двигательные навыки. Воспитывать стремление к чёткому и правильному выполнению задания. Повторение материала.	«Робот»
Октябрь	Развивать память детей. Учить преодолевать двигательный	«Разноцветная игра»

	автоматизм. Развивать выразительность жеста. Выразительно танцевать с предметами.	
Ноябрь	Развивать и закреплять музыкально-ритмическую координацию, музыкально-двигательную память. Учить навыкам ритмической ходьбы.	«Моя мама самая крутая»
Декабрь	Побуждать детей выразительно передавать игровой образ, импровизировать танцевальные движения, составлять небольшие музыкальные композиции. Развивать фантазию, воображение, передавать игровой образ.	«Здравствуй, Дедушка Мороз»
Январь	Выполнять движения под текст игровой песни, согласовывать их с музыкой. Самостоятельно находить движения для передачи зимних игр и забав. Побуждать выразительно передавать характерные особенности персонажей, выраженных в музыкальных образах.	«Мы хомячки»
Февраль	Определять характер музыки и передавать его в движении. Слышать и отмечать в движении смену частей музыкального произведения.	«Защитники Отечества»
Март	Воспитывать умение самостоятельно действовать в игре. Учить двигаться в разном ритме.	«Мама Мария»
Апрель	Развивать выразительность жеста. Совершенствовать плясовые движения. Согласовывать движения с музыкой. Передавать в движениях игривый, весёлый, задорный характер музыки.	«Будем вместе»
Май	Развивать воображение, уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ. Выполнять правила коллективной игры. Будить фантазию детей.	«Аист на крыше» «Я у мамы с папой самый, самый..»

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Расписание занятий.

Название курса	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в месяц	Кол-во занятий в год	Длительность занятий, мин.	Кол-во воспитанников
«Ритмика для малышей»	2	8	72	20-30	15-20

3.2. Методическое обеспечение.

1. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально – игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб , «Детство Пресс», 2007
2. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г.«ФИТНЕС-ДАНСЕ», «Детство-Пресс», 2007
3. Утробина К.К. Подвижные игры для детей 3-5лет.Конспекты физкультурных занятий и сценарии развлечений в ДОО.- М.: Издательство Гном, 2017 г.
4. Кутузова Е., Коваленко С., Шарифуллина И. Ку-ко-ша. Танцевально-игровое пособие.-С.-П.,2009 г.
5. Кутузова Е., Коваленко С., Шарифуллина И. Ку-ко-ша. Танцевально-игровое пособие.-С.-П.,2010 г.
6. Кутузова Е., Коваленко С., Шарифуллина И. Ку-ко-ша. Танцевально-игровое пособие.-С.-П.,2011 г.
7. Кутузова Е., Коваленко С., Шарифуллина И. Ку-ко-ша. Танцевально-игровое пособие.-С.-П.,2012 г.
8. Интернет ресурсы.

3.3. Материально-техническое обеспечение.

Для успешной реализации данной программы в музыкальном зале необходимо:

- звуковоспроизводящая аппаратура (микшер);
- ноутбук;
- телевизор;
- музыкальный центр;
- стулья детские;

- стул взрослого;
- музыкально-дидактический материал (пособия, игры);
- фонотека;
- спортивный инвентарь (мячи, коврики, обручи, гимнастические скамейки, кегли, кубики, тоннели, бруски и т.п.)
- доступ к сети Интернет;
- сценические костюмы, необходимые для создания образа и становления маленького артиста.

Список использованной литературы.

1. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. «Мозаика - Синтез», Москва 2012
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. «Мозаика - Синтез», Москва 2015
3. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально – игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб , «Детство Пресс», 2007
4. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г.«ФИТНЕС-ДАНСЕ», «Детство-Пресс», 2007
5. Интернет ресурсы.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340237

Владелец Кутенко Ольга Сергеевна

Действителен с 02.12.2025 по 02.12.2026