

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 7  
г.Котово Волгоградской области**

**ПРИНЯТО:**

Решением педагогического совета  
Протокол № 1 от «28» августа 2025 г

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий



Т. В. Губанова

**ВВЕДЕНО**

в действие приказом

№ 60/1 от 28.08.2025

**Рабочая программа музыкально - ритмического кружка «Ритмика»**

**Составил:**

воспитатель Лаврентьева С.Ю.

г.Котово  
2025г

## **Пояснительная записка.**

**Программа для танцевального кружка «Ритмика»** направлена на создание условий для развития артистичности и внутренней свободы ребенка 5-б лет средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Приобретая опыт исполнения танца, ребенок овладевает не только двигательными навыками и умениями, но также творческого осмысления музыки, ее эмоционально – телесного выражения. Ребенок создает индивидуальный образ, а не индивидуальный танец. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно адаптироваться не только в других видах художественно – творческой деятельности, но и научит соблюдать «рамки правил» в любых видах деятельности (игровой, учебной).

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

**Актуальность** программы состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

**Цель программы:** развитие артистичности, внутренней свободы, раскрытие творческого потенциала ребенка средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений.

**Задачи:**

- Развивать творческое воображение и фантазию;
- развивать эмоциональную сферу и умение выражать эмоции в танце;
- развивать способность импровизировать;
- воспитывать нравственно-коммуникативные качества, умение вести себя в группе во время движения, чувство такта и взаимоуважения;
- развивать двигательные навыки, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве;
- развивать гибкость, ловкость, пластичность;
- формировать правильную осанку, красивую походку;
- расширять музыкальный кругозор;
- дать детям знания о танцевальных жанрах и направлениях;
- обогащать двигательный опыт разнообразными видами танцевальных движений.

**Отличительные особенности программы:**

1. Совместное творчество педагога и детей в процессе постановки танцевальных композиций (педагог предлагает идею танца, сюжет, детали и движения придумываются совместно), что способствует повышению творческой инициативы у детей.
2. Сюжетное содержание танцев позволяет более полно творчески самореализоваться.
3. разнообразный жанровый и стилевой материал.

Занятия проводятся 1 раз в неделю (36 занятий в год)

Продолжительность:

25-30 мин.

## **Методы и приемы реализации программы:**

- наглядно-слуховой. (представление музыкального материала, разбор по форме, составление сюжета танца)
- наглядно-зрительный. (показ движений педагогом, показ иллюстраций, помогающий составить более полное впечатление о композиции).
- словесный (объяснение, беседа, диалог).
- практический (упражнения, использование различных приемов для детального выучивания того или иного движения)

## **Ожидаемые результаты:**

Занятия по программе « Ритмика» будут способствовать:

### **1. раскрытию творческого потенциала ребенка:**

- проявлению интереса к музыкальной культуре, движению, танцу.
- развитию воображения и фантазии.

### **2.развитию музыкальности:**

- умению слушать и понимать музыку;
- умению двигаться под музыку в соответствии с характером музыкального произведения;
- развитию чувства ритма;
- развитию способности различать жанры и стили танцев.

### **3. Развитию двигательных навыков:**

- умению точно исполнять танцевальные движения;
- действовать синхронно и выразительно в группе;
- умению ориентироваться в пространстве;
- умению запоминать и выполнять рисунок танца самостоятельно, без подсказки.

4. Развитию нравственно-коммуникативных качеств:

- умению вести себя в паре (пригласить, проводить, подать руку, приветствие, поклон);
- умению сочувствовать, сопереживать другим людям.

5. развитию психических процессов: восприятия, мышления, внимания, памяти, воли и др.

### **Диагностика.**

Составлены критерии диагностики по усвоению задач данной программы.

Средства диагностики: психолого-педагогическое наблюдение, упражнения, задания на занятиях.

### **Форма подведения итогов:**

Концерт для родителей в конце учебного года «Мы артисты!» ( май) а так же выступления на открытых мероприятиях МКДОУ.

### ***Показатели качества усвоения ребенком программного материала.***

#### **1. Музыкальность.**

- Умение слушать и понимать музыку.
- Умение двигаться в соответствии с характером музыки.
- Умение определять на слух музыкальные жанры.
- Чувство ритма.

**2. Двигательные навыки.**

- Координация движений.
- Ориентирование в пространстве.
- Точность выполнения танцевальных движений.
- Пластиность.

**3. Эмоциональная сфера.**

- Выразительность мимики и пантомимики.

**4. Творческие проявления.**

- Умение импровизировать под музыку.
- Умение придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.

**5. Коммуникативные навыки.**

- Умение вести себя в паре.
- Умение вести себя в коллективе.

**6. Проявление некоторых психических процессов.**

- Память.
- Внимание.
- Подвижность нервных процессов.

## *Структура занятия .*

### **1. Вводная часть. 5-7 мин.**

- поклон
- разминка по теме занятия

### **2. Основная часть. 20 мин.**

- Повторение и закрепление ранее пройденного материала
- Разучивание основных движений, составных элементов основного движения
- Упражнения на развитие творческого воображения ( танцевальные импровизации)
- Музыкальная игра, коммуникативные танцы-игры

### **3. Заключительная часть. 3 мин.**

- упражнения на восстановление дыхания
- игровой самомассаж
- релаксация
- заключительный поклон

## ***Диагностические критерии.***

<b>Критерии</b>	<b>Высокий уровень</b>	<b>Средний уровень</b>	<b>Уровень ниже среднего</b>
<i><b>Музыкальность</b></i>	<p><b>1.</b> Внимательно слушает музыку до конца, способен высказаться о характере, содержании произведения самостоятельно.</p> <p><b>2.</b> Двигается в соответствии с характером музыки, самостоятельно меняет движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.</p> <p><b>3.</b> Самостоятельно определяет на слух танцевальные жанры, изучаемые на занятиях.</p> <p><b>4.</b> Ритмично выполняет движения под музыку.</p>	<p><b>1.</b> Слушает музыку до конца, отвлекаясь. Высказываетя о содержании и характере произведения с помощью наводящих вопросов.</p> <p><b>2.</b> Двигается приблизительно в характере музыки, с помощью подсказки педагога меняет движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.</p> <p><b>3.</b> Определяет на слух танцевальные жанры, изучаемые на занятиях с помощью подсказки педагога.</p> <p><b>4.</b> Не всегда ритмично выполняет движения под музыку.</p>	<p><b>1.</b> Не может дослушать музыку до конца, отвлекается. Не может высказаться о характере и содержании произведения.</p> <p><b>2.</b> Не может передать в движении характер музыки, не слышит музыкальные фразы, движения меняет хаотично.</p> <p><b>3.</b> Не может определить на слух танцевальные жанры, изучаемые на занятиях.</p> <p><b>4.</b> Движения выполняет под музыку не ритмично.</p>
<i><b>Двигательные навыки</b></i>	<p><b>1.</b> Уверенно знает части тела. Правильно сочетает движения рук и ног в танцевальных композициях.</p> <p><b>2.</b> Свободно и самостоятельно выполняет перестроения, предложенные педагогом, а также использованные в танце.</p> <p><b>3.</b> Точно и ловко выполняет танцевальные движения.</p>	<p><b>1.</b> Неуверенно знает части тела. Плохо координирует руки и ноги в танцевальных композициях.</p> <p><b>2.</b> Выполняет перестроения с помощью подсказки педагога или детей.</p> <p><b>3.</b> Танцевальные движения выполняет приблизительно.</p>	<p><b>1.</b> Плохо знает части тела. Путает сочетание рук и ног в танцевальных движениях.</p> <p><b>2.</b> Путается в перестройках, плохо ориентируется в пространстве.</p> <p><b>3.</b> Танцевальные движения выполняет с трудом.</p>

	<b>4.</b> Мягко, плавно и музыкально Выполняет движения руками в соответствующем контексте.	<b>4.</b> Испытывает трудности с выполнением мягких и плавных движений руками в соответствующем контексте.	<b>4.</b> Коряво выполняет движения руками в медленных и плавных композициях.
<b>Эмоциональная сфера</b>	<b>1.</b> Умеет выражать свои чувства в движении, выразительно и эмоционально двигаться в танце.	<b>1.</b> Немного скован эмоционально, не всегда выразительно исполняет композицию.	<b>1.</b> Скован и зажат, движения выполняет не эмоционально, стесняется зрителей.
<b>Творческие проявления</b>	<b>1.</b> С удовольствием импровизирует движения под музыку, придумывает оригинальные композиции. <b>2.</b> С легкостью придумывает танцевальные движения, раскрывающие образ героя или настроения музыки.	<b>1.</b> Импровизирует движения под музыку по просьбе педагога и с его помощью. Помогает в составлении танцевальных композиций. <b>2.</b> Придумывает танцевальные движения по образцу.	<b>1.</b> Не может импровизировать танцевальные движения и придумать композицию движений. <b>2.</b> Не может придумать танцевальные движения.
<b>Коммуникативные навыки</b>	<b>1.</b> Знает все основные положения « партнер-партнерша». <b>2.</b> Всегда уважительно относится к товарищам, соблюдает очередность, дистанцию, проявляет терпение к отстающим детям.	<b>1.</b> Неуверенно знает основные положения « партнер-партнерша». <b>2.</b> Не всегда уважительно относится к товарищам, соблюдает очередь и проявляет терпение к отстающим детям.	<b>1.</b> Плохо знает основные положения « партнер-партнерша». <b>2.</b> Неуважительно относится к товарищам, не соблюдает очередь, не может проявить терпение к товарищам.

### *Диагностическая таблица.*

Приложение к программе  
***Методическое оснащение.***

1. Папка «Позиции и танцевальные движения для дошкольников»;
2. Папка « Самомассаж»- упражнения по игровому самомассажу;
3. Папка « Релаксация»- упражнения на релаксацию в конце занятия;
4. Папка « Музыкальные игры»- подборка различных музыкальных игр на развитие творческого воображения и фантазии;
5. Папка « Разминки»-стретчинг, подборка разминок по теме для начала занятия;
6. Музыкальные диски с музыкой для творческих заданий, танцев, игр;
7. Папка « Иллюстрации»- подборка иллюстраций к теоретическим разделам и творческим заданиям;
8. Папка « Подговорки»- подборка из фольклорного материала для усвоения танцевальных движений;
9. Детские музыкальные инструменты, игрушки, мячи, обручи, ленты и т.п. для музыкальных игр и танцев.

## ***Содержание и методическое обеспечение программы.***

<i><b>Месяц</b></i>	<i><b>Движение Композиции Танцы</b></i>	<i><b>Задачи</b></i>	<i><b>Форма проведения. Методы и приемы</b></i>	<i><b>Методическое оснащение и дидактический материал. Приложение .</b></i>	<i><b>Количество занятий</b></i>
<i><b>Сентябрь</b></i>	Повторение жанра-танец. Исходные положения. Позиции ног (классика)	Развитие творческих и созидательных способностей: -развивать мышление, воображение, расширять кругозор;	- Наглядно-слуховой (использование презентаций для лучшего представления о стилях, жанрах); - Наглядно-зрительный ( Показ педагогом правильного исполнения движений);	1, диск - презентации	1
	Упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях.	Укрепление здоровья: -способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; -формировать правильную осанку	- практический. (упражнения, использование различных приемов для детального выучивания того или иного движения)	1,4	2
	Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Пропластика.			2,4,5	1

<i>Октябрь</i>	Партерная гимнастика на растяжку. Строевые упражнения. Построения в рассыпную. Игроритмика: упражнения со стихами: «Ворота», «Качели», «Забияки».	- Работать над координацией движений, ориентированием в пространстве; - Развивать чувство ритма; - Формировать правильную осанку; - Учить детей взаимодействовать в коллективе; - Работать над синхронностью движений; - Продолжать развивать творческую фантазию, проявлять собственную индивидуальность.	- Наглядно-зрительный ( Показ педагогом правильного исполнения движений); - Словесный ( объяснение, беседа, диалог); - Игровой ( музыкальные игры по теме для развития творческой инициативы и фантазии, а так же для сплочения коллектива)	1,2,3,4,5,6,7	2
	Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («Змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо»			1,2,6,9	1
	Подготовка к разучиванию	- Побуждать участвовать в придумывании сюжета и рисунка танца; - Воспитывать терпимость и тактичность по отношению друг к другу;	- Наглядный; - Словесный; - Практический.	1,3,5,9	1

	<b>Танец «Осенний денек»</b>	- Развивать танцевальное ансамблевое чувство; - Продолжить работу над улучшением танцевальной мимики, осанкой, правильной постановкой рук и ног			
<i>ноябрь</i>	Стретчинг «Медвежата» Закреплять движения танца. Игры с пением и музыкальным сопровождением. «Башмачок»		- Практическое занятие.  - Словесный; - Слуховой; - Наглядно-зрительный; - Практический	1,2,3,4,5,6,7,8	2
	<i><b>Русский танец</b></i>	- Познакомить детей с танцами некоторых народов мира; - Дать понятия о танцевальном стиле, жанрах, особенностях музыки, костюмах данного танца; - Разучить основные движения выбранного танца; - Побуждать участвовать в придумывании сюжета и рисунка танца; - Воспитывать терпимость и тактичность по	-Словесный; - Слуховой; - Наглядно-зрительный; - Практический	4,6,7,9	2

		<p>отношению друг к другу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Улучшать ритмовосприятие, ритмопластику, внимание, координацию движений, выносливость детей;</li> <li>- Поощрять творческую инициативу.</li> </ul>			
<i>декабрь</i>	Новогодний калейдоскоп. (танцы с предметами)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Дать понятие о современном танце, стилях, направлениях, музыке нашего времени;</li> <li>- Разучить основные движения выбранного танцевального направления;</li> <li>- Развивать скорость реакции, четкость, ритмичность, синхронность в движении;</li> <li>- Побуждать активно участвовать в составлении сюжета, рисунка танца, придумывать собственные движения;</li> <li>- Совершенствовать танцевально-исполнительские навыки;</li> <li>- Развивать артистичность и внутреннюю свободу, уверенность в себе.</li> <li>- Воспитывать выдержку, терпимость к товарищам.</li> <li>- Воспитывать танцевальную и общую культуру.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Практическое занятие.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Наглядный;</li> <li>- Словесный;</li> <li>- Практический;</li> <li>- Игровой</li> </ul>	1,2,3,4,5,6,7,8	4

<b>январь</b>	<b>кадриль</b> Постановка Отработка элементов связок , перестроений . Работа над музыкальностью и пластичностью движений	- Дать понятие об историко-бытовых танцах, разновидностях и стилевых особенностях, костюмах, музыке; - Разучить основные движения выбранного танца; - Учить передавать в движении стилевые особенности эпохи; - Учить взаимодействовать в паре, правильно и точно исполнять парные движения; - Работать над пластикой, осанкой, красивой походкой; - Учить четко видеть рисунок танца, точно выполнять перестроения, хорошо ориентироваться в пространстве; - Учить « быть в образе» во время танца; - Воспитывать устойчивое желание заниматься танцевальной деятельностью.	- Наглядный; - Словесный; - Практический.	1,2,3,4,5,6,7	4
<b>февраль</b>	Ритмика: Партерная гимнастика: освоение	Учить передавать настроение , образ в танце через движение	Практические – показ правильного выполнения движений; Словесный – беседа .	1,2,3,5,7,9	2

	<p>простейших элементов на полу ( стретчинг-упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.</p> <p>Танцевальный этюд «Сказочная страна»</p> <p>Постановка</p> <p>Изучение танцевальных движений , соединение движений в танцевальные композиции</p> <p><b>Спортивный Танец</b></p> <p>Упражнения для выразительности и плавности рук под музыку в различном темпе</p> <p>Пластические этюды под чтение стихов.</p> <p>Постановка</p> <p>Разучивание движениями работа над плавностью и гибкостью рук</p>	<p>объяснение.</p> <p>Игровой – сюжетно - ролевой</p> <p>-Повышение работоспособности и двигательной активности</p> <p>-Формировать навыки грациозности и изящества движений</p>	<p>1,2,3,4,7,9</p>	<p>2</p>
--	--	--	--------------------	----------

<b>март</b>	Игровой стретчинг. Игры на перестроение («Слушай сигнал», *Не уроните шарик (Танец с мячами)  Танцевальные упражнения и танцы с предметами <b>Танец «Весенняя капель»</b>	-развить хорошую осанку; -координация движений -умение танцевать с предметом  - Учить взаимодействовать в паре, правильно и точно исполнять парные движения; - Работать над пластикой, осанкой, красивой походкой; - Учить четко видеть рисунок танца, точно выполнять перестроения, хорошо ориентироваться в пространстве;	-Словесный; - Слуховой; - Наглядно-зрительный; - Практический  -Словесный; - Слуховой; - Наглядно-зрительный; - Практический		2
<b>апрель</b>	Ритмика партерная гимнастика Танцевальный этюд «Фантастическое существо» Работа над характером , выразительностью и синхронностью выполнения движений  Креативная	Развивать пластичность и выразительность движений	Словесные объяснение ; практические двигательная активность словесно - наглядные Словесно – игровой	1,2,5,8,9	2
			Словесный – беседа . объяснение.	1,2,3,6,9	1

	гимнастика «Магазин игрушек»		Игровой – сюжетно - ролевой		
	<b>Танец « Диско»</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разучить основные движения выбранного танца;</li> <li>- Учить передавать в движении стилевые особенности;</li> <li>- Учить взаимодействовать в паре, правильно и точно исполнять парные движения</li> </ul>	<p>Словесные – ; объяснение практические – двигательная активность словесно - наглядные Словесно – игровой</p>	1,2,3,4,6,8,9	1
<b>май</b>	Танцевальная разминка - все изученные комплексы	Закрепление движений танца. Подготовка к отчётному концерту	<p>Словесные – ; объяснение практические – двигательная активность словесно - наглядные Словесно – игровой</p>	1,2,3,4,5,8,9	3

	Креативная гимнастика «Ай, да я!» Отчётный концерт		практические двигательная активность	-	9	1
--	---	--	--	---	---	---

## ***Литература.***

1. О.Н. Арсеневская « Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду»  
Изд. « учитель» 2009г. Волгоград.
2. Н.И.Безлатная «Ритмика и хореография в ДОУ» Щелково 2009г.
3. С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина « Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет». Москва. « Просвещение»1983г
- 4.. С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина « Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски Детей 5-6 лет. Москва. «Просвещение»1983г.
5. А.И.Буренина « Коммуникативные танцы-игры для детей». « Ритмическая пластика для Дошкольников».
6. Е.В.Горшкова « От жеста к танцу». 1кн. « Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 -6 лет творчества в танце». Москва, изд. « Гном» 2002г.
7. Н.Зарецкая, З.Роот « Танцы в детском саду». Москва, изд. Айрис ПРЕСС 2003г.
8. И.Каплунова, И.Новоцельцева « Потанцуй со мной, дружок». Санкт-Петербург 2010г.
9. М.Ю.Картушина « Конспекты логоритмических занятий с детьми 5-б лет». Москва,2010г.  
Изд. « Т.Ц.Сфера».
10. М.Ю.Картушина « Конспекты логоритмических занятий с детьми 5-б лет». Москва 2010г.  
Изд. « Т.Ц.Сфера».
11. Е.Кузнецова « Логопедическая ритмика в играх и упражнениях для детей с тяжелыми Нарушениями речи». Москва. Изд. « Гном и Д».2002г.
12. Са-фи-данс (танцевально-игровая гимнастика для детей
13. Т.И.Петрова, Е.Л.Сергеева, Е.С.Петрова « Театрализованные игры в детском саду».  
Москва. Изд. « Школьная пресса» 2000г.
14. О.В.Усова « Развитие личности ребенка средствами хореографии. Театр танца».  
Екатеринбург 2001г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816965

Владелец Губанова Татьяна Витальевна

Действителен с 17.07.2025 по 17.07.2026