

УПРАВЛЕНИЕ ПО КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ
АДМИНИСТРАЦИИ КАНДАЛАКШСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ
КАНДАЛАКШСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

РАССМОТРЕНА
Методическим советом
МБУДО ДШИ

Протокол от «28» августа 2026 года № 1

«ОДОБРЕНО»
Педагогическим советом
МБУДО ДШИ

Протокол от «31» августа 2026 года № 1

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО ДШИ
Н.В. Богданова
Приказ от «31» августа 2026 года № 203/о



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«РИТМИКА»**

Адресат программы: дети 4-6 лет.
Срок реализации: 1 год.
Уровень программы: стартовый.

Авторы-составители:
Умрилова Ксения Николаевна,
преподаватель.

г. Кандалакша

2026

СТРУКТУРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка
2. Особенности программы
3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета
4. Учебно-тематический план
5. Прогнозируемые результаты
6. Система и критерии результатов освоения образовательной программы обучающимися
7. Материально-техническое обеспечение.
8. Список литературы.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности **«Ритмика»** (Далее – Программа). Программа направлена на удовлетворение возрастных потребностей детей в художественно-эстетическом развитии, формирование основ культуры движений и раскрытие творческих способностей через игровую танцевальную деятельность.

Программа разработана на основе и с учетом:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- (далее - Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»),
- приказом Министерства культуры РФ от 2 июня 2021 г. N 754 «Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности образовательными организациями дополнительного образования детей со специальными наименованиями «детская школа искусств», «детская музыкальная школа», «детская хоровая школа», «детская художественная школа», «детская хореографическая школа», «детская театральная школа», «детская цирковая школа», «детская школа художественных ремесел»;
- приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам,
- письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в редакции от 24.12.2025).

2. ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

Программа имеет ряд особенностей, обусловленных возрастными характеристиками детей 4–6 лет и спецификой раннего хореографического образования:

Игровая методика как основа обучения

- все упражнения и этюды подаются через образы и сказочные ситуации, что соответствует ведущему типу деятельности детей;
- изучение танцевальных элементов происходит в формате игр, где каждое движение имеет понятный ребенку смысл и образное название («топотушки», «пружинка», «фонарики»).

Адаптированность к психофизиологическим возможностям возраста

- частая смена видов деятельности предотвращают утомление и сохраняют устойчивый интерес;
- исключаются сложные координационные элементы, статические нагрузки и

упражнения, противопоказанные для формирующегося опорно-двигательного аппарата;

- применяются разные уровни двигательной подготовки, позволяя каждому ребенку осваивать материал в комфортном ритме;
- базовый принцип программы — обучение через простой шаг, легкий ритм и повторение, доступные восприятию малыша.

Интегративный подход к развитию

- формирование слуха, чувства ритма, умения различать характер музыки (веселая/грустная, быстрая/медленная).
- использование ритмических речевок, песенок в движении способствует развитию дикции и чувства слова;
- обучение навыкам взаимодействия в группе (вставать в круг, держаться за руки, уступать место), развитие эмпатии и умения работать в паре;
- тренировка памяти (запоминание последовательности движений), внимания и пространственной ориентации.

3. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ, ПРЕДУСМОТРЕННЫЙ УЧЕБНЫМ ПЛАНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ НА РЕАЛИЗАЦИЮ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Срок реализации Программы составляет 1 год.

При реализации Программы продолжительность учебного года составляет 24 недели (48 часов).

Занятия проводятся в групповой форме, численность обучающихся в группе составляет от 10 до 12 человек. Групповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

Режим занятий — 1 раз в неделю, продолжительностью 2 академических часа (академический час для детей 4-5 лет - 20 минут, для детей 5-6 лет - 25 минут, для детей 6 лет - 30 минут).

Форма обучения – очная.

Цель программы: создание оптимальных условий для всестороннего развития личности дошкольника средствами танцевальных движений и танцевально-игровых упражнений, пробуждение в детях стремления к творчеству, интереса к музыкальному и хореографическому искусству.

Задачи:

Обучающие:

- Познакомить детей с основами музыкально-ритмических движений.
- Обучить простейшим танцевальным элементам и построениям.
- Сформировать первичные представления о сценической культуре.

Развивающие:

- Развивать координацию движений, гибкость, выносливость.
- Развивать музыкальный слух, чувство ритма и темпа.
- Развивать воображение, память и внимание через пластические этюды.

Воспитательные:

- Воспитывать эмоциональную отзывчивость на музыку.
- Формировать навыки дисциплины, уважения к педагогу и сверстникам.
- Воспитывать стремление к творческому самовыражению.

Актуальность программы.

Возраст 4–6 лет — сензитивный период для развития музыкальности, координации и эмоциональной сферы. В условиях преобладания пассивного досуга программа отвечает потребности детей в ранней двигательной активности и востребована родителями, стремящимися к гармоничному физическому и творческому развитию ребенка. Занятия хореографией формируют уверенность в себе, навыки публичных выступлений и создают базу для дальнейшего обучения.

4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Количество аудиторных часов			Формы контроля
			теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	Урок	1	1	2	тестирование/наблюдение
2	Формирование танцевальной техники	Урок	2	10	12	Практическая работа/наблюдение
3	Постановка танцевальных номеров	Урок	2	10	12	Практическая работа/наблюдение
4	Танцевальные образы	Урок	2	10	12	Практическая работа/наблюдение
5	Танцевальные игры	Урок	2	6	8	Практическая работа/наблюдение
6	Итоговое занятие	Открытый урок	0,5	1,5	2	Итоговый показ
	Итого:		9,5	38,5	48	

Содержание учебного плана.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория.

Знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном зале. Культура поведения на занятиях. Правила общения в коллективе. Знакомство детей с танцевальным искусством.

Практика.

Разучивание движений: приветствие-поклон. Движения для разминки: повороты головы, наклоны корпуса вправо-влево, приседания, марш на месте, бег на месте, прыжки на месте ноги держать вместе.

Тема 2. Формирование танцевальной техники.

Теория.

Знакомство детей с танцевальной техникой. Элементы танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные

понятия: «танцевальный шаг», «танцевальный бег», «подъем», «выворотность». Познакомить обучающихся с понятием «парный танец», правила поведения между партнерами в танце.

Практика.

Повторить движения основной разминки, разучить упражнения для шеи, плечевого пояса, рук и кистей, научить ходьбе с высоким подниманием колена, основные перестроения, развивать творчество детей. Упражнения для выработки правильной постановки корпуса. Упражнения для стоп. Элементарные упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. Закрепление изучения порядка и качества движений в разминке. Основные танцевальные движения. Элементарные движения в паре. *Упражнения:* «Бревнышко», «Веревочка», «Качалочка». Движения: кружения с различными положениями рук, перемена мест партнеров, движение в паре по кругу. Развитие чувства ритма. Комбинации на координацию.

Тема 3. Постановка танцевальных номеров.

Теория.

Объяснение правил исполнения хореографических композиций. Танцевальные комбинации. Детский танец. Основы детского танца с предметом. Основы сценического движения: выход, расположение на сцене, уход.

Практика.

Разучивание и исполнение движений для выражения характера музыки; упражнений на передачу вербальными средствами характера музыки; простейших комбинаций; репертуарных танцев. Разучивать связки движений. Работа над синхронностью: повторение комбинаций под музыку.

Тема 4. Танцевальные образы.

Теория.

Ознакомление с понятиями «образ», «средства выразительности». Объяснение правильности исполнения движений.

Практика.

Работа над основными движениями, развитие плавности движений, учить ориентированию в пространстве, поощрять фантазию детей, развивать творчество.

Упражнения: «Часики», «Силач», «Лошадки», «Солнышко», «Утята», «Чебурашка», «Волна», «Ванька-встанька», «Воробышки», «Мишка косолапый», «Лебедь», «Цветочек», «Елка», «Балерина», «Слонята», «Клоуны».

Тема 5. Танцевальные игры.

Теория.

Правила танцевальных игр. Понятие «образ» в танце: характер, эмоция, жест. Средства выразительности: мимика, взгляд.

Практика.

Этюды на развитие актёрского мастерства. Импровизация под музыку разного характера.

Упражнения: «Тихо-громко», «Иголочка - ниточка», «Магазин игрушек», «Усни-трава», «Найди свое место», «Создай образ», «Море волнуется», «Танцевальное эхо», «Погода»,

«Ай, да я!»

Тема 6. Итоговое занятие (Открытый урок).

Практика.

Подведение итогов учебного года. Беседа о достигнутых результатах. Демонстрация навыков сценической культуры: выход на сцену, построение, уход со сцены. Исполнение детьми разученного танцевального номера перед родителями.

5. ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

По окончании реализации программы обучающиеся должны:

Личностные результаты:

- Проявлять интерес к занятиям хореографией.
- Испытывать радость от участия в коллективном творчестве.
- Быть эмоционально отзывчивыми на музыку разного характера.

Метапредметные результаты:

- Уметь слушать и выполнять инструкции педагога.
- Ориентироваться в пространстве зала.
- Работать в режиме «вместе» (чувствовать партнера в паре или кругу).

Предметные результаты:

- Знать и выполнять основные положения рук и ног (в доступной форме).
- Уметь двигаться в соответствии с характером музыки (быстро/медленно, громко/тихо).

6. СИСТЕМА И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ

Контроль знаний, умений и навыков обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Виды аттестации:

– текущая, – промежуточная, – итоговая.

Текущая аттестация проводится с целью контроля за качеством освоения какого-либо раздела учебного материала (ритмические упражнения, координационные связки, музыкально-двигательные игры). Текущая аттестация проводится в форме контрольного урока с выставлением оценки.

Промежуточная аттестация оценивает результаты учебной деятельности обучающихся по окончании 1-го полугодия учебного года. Промежуточная аттестация проводится в форме открытых уроков, показов с приглашением зрителей (родителей, педагогов). Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся в конце первого полугодия в счет аудиторного времени.

Итоговая аттестация проводится в форме итоговой работы в виде показа ритмической композиции или мини-спектакля с музыкально-двигательным сопровождением.

При прохождении итоговой аттестации обучающийся должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями. Критериями оценки при

показе композиции являются: чувство ритма, координация движений, знание и выполнение танцевальных элементов, музыкально-двигательные умения, артистизм и выразительность исполнения. По окончании освоения программы выдается сертификат.

Критерии оценок

По результатам аттестации (текущей, промежуточной и итоговой) выставляется оценка: 5 – «Отлично» («Виртуоз ритма»), 4 – «Хорошо» («Уверенный исполнитель»), 3 – «Удовлетворительно» («Начинающий ритмик»).

Критерии оценивания

Оценка	Критерии оценивания
5 – «Отлично» («Виртуоз ритма»)	Выразительное и координированное выполнение движений, точное попадание в ритм музыки, яркая эмоциональная отзывчивость, творческая инициатива в импровизациях.
4 – «Хорошо» («Уверенный исполнитель»)	Выполнение движений в целом правильное, с незначительными отклонениями от ритма, которые корректируются педагогом. Эмоциональный отклик умеренный.
3 – «Удовлетворительно» («Начинающий ритмик»)	Испытывает трудности в согласовании движений с музыкой, движения скованные и рассогласованные. Требуется неоднократное объяснение и помощь педагога. Реакция на музыку слабая, предпочитает выполнять движения только с поддержкой педагога.

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

- учебное помещение, отвечающее требованиям СанПиН по соблюдению температурного и светового режима, пожарной и электробезопасности;
- зеркальная стена;
- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- техническое оборудование: ноутбук, музыкальный центр, аудиоматериалы с фонограммами.

8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб.: Люкси, Респекс, 1996. — 256 с.
2. Буренина А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учебное пособие. СПб.: Музыкальная палитра, 2004. — 36 с.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
4. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М.: Айрис пресс, 2008 г. – 50 с.
5. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: Учеб. пособие для воспитателей и педагогов. – М.: Гном-Пресс, 1997. – 64 с.
6. Никитин В.Ю. Модерн джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника. — М.: ИД

Один из лучших, 2004 — 414 с.

7.Смирнова К.В. Картотека игр и упражнений по развитию чувства ритма. – 8. Буй: МДОУ №15 Огонёк, 2014. — 56 с.

9.Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.

10.Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 43 с.

11.Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – Вып. 5. – СПб.: Музыкальная палитра, 2007. – 44 с.

Календарно- учебный график
Дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности
«Ритмика»
на 2026-2027 учебный год

Преподаватель: Умрилова Ксения Николаевна

Праздничные и выходные дни (согласно производственному календарю)

Каникулярный период:

-осенние каникулы 02.11.2026-07.11.2026

- зимние каникулы – 28.12.2026 – 09.01.2027

- весенние каникулы – 29.03.2027 – 03.04.2027

№ п/п	месяц	число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь			Теория	1	Вводное занятие – 2 часа	Уч. класс	тестирование
	октябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	октябрь			Теория	1	Формирование танцевальной техники – 12 часов	Уч. класс	наблюдение
	октябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	октябрь			Теория	1		Уч. класс	наблюдение
	октябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	октябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	октябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	октябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	октябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	ноябрь			Практика	1		Хореографический зал	Контрольный урок
	ноябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	ноябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	ноябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	ноябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	ноябрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	ноябрь			Теория	1	Постановка танцевальных номеров – 12 часов	Уч. класс	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Теория	1		Уч. класс	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	декабрь			Практика	1		Хореографический зал	Контрольный урок
	январь			Практика	1		Хореографический зал	

	январь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	январь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	январь			Теория	1	Танцевальные образы -12 часов	Уч. класс	наблюдение
	январь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	январь			Теория	1		Уч. класс	наблюдение
	январь			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	февраль			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	март			Теория	1	Танцевальные игры – 12 часов	Уч. класс	наблюдение
	март			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	март			Теория	1		Уч. класс	наблюдение
	март			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	март			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	март			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	март			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	март			Практика	1		Хореографический зал	Контрольный урок
	апрель			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	апрель			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	апрель			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	апрель			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	апрель			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	апрель			Теория	0,5	Итоговое занятие – 2 часа	Уч. класс	наблюдение
	апрель			Практика	1		Хореографический зал	наблюдение
	апрель			Практика	0,5		Хореографический зал	Итоговый показ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности
«Ритмика»
на 2026/2027 учебный год



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО ДШИ
Н.В. Богданова
Приказ от «31» августа 2026 года № 203/о

срок обучения - 1 год

№ п/п	Учебный предмет	Годы обучения (классы) количество аудиторных часов в неделю	Аудитор ные занятия (Недель)	Максимальн ая учебная нагрузка, всего часов	Формы аттестации
		I			
1.	Учебный предмет:			48	Текущая
	Ритмика	2	24		Промежуточная
	Всего:	2	24		Итоговая



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО ДШИ
Н.В. Богданова
Приказ от «31» августа 2026 года № 203/о

ГРАФИК ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Срок обучения – 1 год

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности "Ритмика"

Классы	Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май				Июнь				Июль				Август				Сводные данные по бюджету времени в неделях																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
	28-03	05-10	12-17	19-24	26-31	02-07	09-14	16-21	23-28	30-05	07-12	14-19	21-26	28-02	04-09	11-16	18-23	25-30	01-06	08-13	15-20	22-27	01-06	08-13	15-20	22-27	29-03	05-10	12-17	19-24	26-01	03-08	10-15	17-22	24-29	31-05	07-12	14-19	21-26	28-03	05-10	12-17	19-24	26-31	02-07	09-14	16-21	23-28	30-31	Аудиторные занятия	Промежуточная аттестация	Резерв учебного времени	Итоговая аттестация	Каникулы	Всего																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
1					=									=	=												=	III																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							

Обозначения

Аудиторные занятия



Итоговая аттестация



Каникулы

