МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 9 "ГНЕЗДЫШКО"
Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 9 "ГНЕЗДЫШКО"
Дата: 2026.10.08 10:53:24 +03'00'

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 9 «Гнездышко»
(МБОУ «Детский сад № 9»)

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
Протокол от 01.09.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МБДОУ
«Детский сад № 9»
от 01.09.2026 № 84- П

Дополнительная общеобразовательная программа
- дополнительная общеразвивающая программа
«Ритмика для дошкольников»

Срок реализации: 2 года

Направленность: художественной
Возраст обучающихся: 3-5 лет

Педагоги дополнительного образования:
Брагин Д.Г. .

г. Саров, 2026

Содержание

№ раздела	Наименование раздела	Страница
1	**Пояснительная записка**	**2**
	Актуальность	2
	Отличительные особенности	2
	Педагогическая целесообразность	2
	Цель программы	2
	Задачи программы	2
	Планируемые результаты	3
	Формы аттестации	3
2	**Учебный план**	**3**
3	**Календарный учебный график**	**4**
4	**Содержание программы учебных модулей**	**4**
4.1	Модули первого года обучения (3–4 года)	4
4.1.1	Модуль 1. «Музыка и движение»	4
4.1.2	Модуль 2. «Я — музыкант, я — артист»	5
4.1.3	Модуль 3. «Поём и пляшем вместе»	6
4.2	Модули второго года обучения (4–5 лет)	7
4.2.1	Модуль 1. «Путешествие в мир танца»	7
4.2.2	Модуль 2. «Ритмическая мозаика»	8
4.2.3	Модуль 3. «Танцуем и дружим»	9
5	**Методическое объединение**	**10**
6	**Материально-техническое обеспечение**	**10**
7	**Используемая литература**	**14**

1. Пояснительная записка

Актуальность

Дошкольный возраст — период интенсивного формирования двигательной сферы, координации, чувства ритма и эмоционально-коммуникативных умений. Программа разработана сверх задач образовательной программы ДОУ и не дублирует её содержание: в детском саду музыкально-ритмические движения реализуются в рамках основной образовательной деятельности, тогда как данная программа обеспечивает углублённое, системное и последовательное развитие ритмопластических, музыкально-двигательных и коммуникативно-танцевальных навыков, недостижимое в формате фронтальных занятий ДОУ.

Отличительные особенности

Программа построена по принципу модульности: каждый год обучения состоит из собственных относительно самостоятельных модулей. В основе — методика А. И. Бурениной (программа «Ритмическая мозаика», 2000; «Коммуникативные танцы-игры», 2004), ориентированная на развитие музыкальности, двигательной сферы, творчества и коммуникативных качеств средствами ритмической пластики.

Педагогическая целесообразность обусловлена возрастной потребностью детей 3–5 лет в движении, игре и общении, что делает ритмику эффективным средством гармоничного развития.

Цель программы: развитие музыкально-двигательных, ритмических и коммуникативно-творческих способностей детей 3–5 лет средствами ритмической пластики и коммуникативных танцев-игр.

Задачи программы:

- Обучающие: формировать основы музыкально-ритмических движений, чувства метроритма, ориентировки в пространстве; знакомить с элементами ритмики и танцевальными движениями.

- Развивающие: развивать координацию, пластичность, музыкальный слух, память, внимание, творческое воображение, произвольность.

- Воспитательные: воспитывать эмоциональную отзывчивость, коммуникативные навыки, умение работать в коллективе, интерес к музыкально-двигательной деятельности.

Планируемые результаты: устойчивый интерес к ритмико-танцевальной деятельности; сформированность базовых навыков ритмопластики; умение согласовывать движения с музыкой, взаимодействовать в паре и коллективе.

Формы аттестации: наблюдение, открытые занятия для родителей (декабрь, май), итоговые показательные выступления.

2. Учебный план

№	Название модуля	Год обучения	Количество часов			Формы аттестации
			Всего	Теория	Практика	
1-й год обучения (3–4 года)			**32**	**6**	**26**	
1.1	Модуль 1. «Музыка и движение» (ритмика, ориентировка в пространстве)	1	10	2	8	Наблюдение, игровые задания
1.2	Модуль 2. «Я — музыкант, я — артист» (метроритм, игры с ритмом)	1	10	2	8	Ритмические игры
1.3	Модуль 3. «Поём и пляшем вместе» (коммуникативные танцы-игры)	1	12	2	10	Открытое занятие, выступление
2-й год обучения (4–5 лет)			**32**	**6**	**26**	
2.1	Модуль 1. «Путешествие в мир танца» (танцевальные элементы, пластика)	2	10	2	8	Наблюдение, творческие задания
2.2	Модуль 2. «Ритмическая мозаика» (сюжетно-образные и музыкально-двигательные композиции)	2	10	2	8	Открытое занятие
2.3	Модуль 3. «Танцуем и дружим» (коммуникативные танцы, творческие импровизации)	2	12	2	10	Итоговое выступление
итого			**64**	**12**	**52**	

3. Календарный учебный график

Параметр	1-й год обучения (3–4 года)	2-й год обучения (4–5 лет)
Начало учебного года	1 октября	1 октября
Окончание учебного года	31 мая	31 мая
Количество учебных недель	32	32
Количество занятий в неделю	1	1
Продолжительность занятия	15–20 мин	20–25 мин
Периодичность занятий	еженедельно	еженедельно
Входная диагностика	1-я неделя октября	1-я неделя октября
Промежуточный контроль	3–4-я неделя декабря	3–4-я неделя декабря
Итоговая аттестация	3–4-я неделя мая (открытое занятие)	3–4-я неделя мая (итоговое выступление)
Каникулярное время	ноябрь (осенние), январь (зимние), март (весенние) — по графику ОО	по графику ОО

4. Содержание программы учебных модулей

5.1. Модули первого года обучения (3–4 года)

Модуль 1. «Музыка и движение»

Цель: формировать элементарные навыки восприятия музыки и движения под музыку; развивать ориентировку в пространстве и ощущение собственного тела.

Задачи модуля: учить двигаться под музыку в соответствии с её характером и темпом; осваивать простейшие виды ходьбы, бега, прыжков; развивать умение ориентироваться в зале; воспитывать интерес к музыкально-двигательной деятельности.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание деятельности	Формы контроля
1	«Здравствуй, музыка!» (вводное)	1	0,5	0,5	Беседа-игра «Что любит музыка?»; слушание контрастных пьес (марш — колыбельная); упражнение «Шагаем — замираем»	Наблюдение
2	«Тихо — громко, быстро — медленно»	1	0,25	0,75	Игровые упражнения на различение динамики и темпа;	Наблюдение

					ходьба под марш, спокойный шаг, лёгкий бег	
3	«Весёлый марш»	1	0,25	0,75	Ходьба под марш с высоким подниманием колена; смена движения по сигналу; игра «Слушай команду»	Игровые задания
	«Как ходят звери»	1	–	1	Образно-игровые движения: «медведь», «лиса», «зайка»; подражательные упражнения под музыку	Наблюдение
	«Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)	1	0,25	0,75	Игры с ориентировкой в зале («Прятки с движениями», «Найди свой кружок»); движение по кругу, врассыпную, в колонне	Игра-задание
	«Мой весёлый мячик»	1	–	1	Прыжки на двух ногах; подскоки под музыку; упражнения с мячом-атрибутом	Наблюдение
	«Осенние листочки»	1	0,25	0,75	Плавные движения рук; упражнения с листочками; передача характера музыки через пластику	Творческое задание
	«Тише-громче, выше-ниже»	1	–	1	Упражнения на ощущение собственного тела; наклоны, повороты, приседания под музыку	Наблюдение
	«Двигаемся вместе»	1	0,25	0,75	Движение в парах, ходьба по кругу с хлопками; согласование движений с коллективом	Наблюдение
	«Итоговое: мы умеем двигаться!»	1	0,25	0,75	Повторение и закрепление освоенных	Открытое занятие

					движений; игровое занятие-показ для родителей	

Модуль 2. «Я — музыкант, я — артист»
Цель: развивать чувство метроритма, умение чувствовать сильную долю, эмоционально откликаться на музыку.
Задачи модуля*:* учить хлопками и притопами выделять сильную долю; знакомить с шумовыми инструментами; развивать ритмический слух; воспитывать эмоциональную отзывчивость.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание деятельности	Формы контроля
1	«Ритм вокруг нас»	1	0,5	0,5	Беседа-игра о ритме (стук молоточка, шаги, хлопки); прохлопывание простейших ритмов	Наблюдение
2	«Хлоп и топ»	1	0,25	0,75	Хлопки и притопы в такт музыке; упражнения «Хлоп-топ-хлоп»	Игровые задания
3	«Звонкие ладошки»	1	–	1	Ритмические игры с хлопками; чередование хлопков и притопов под музыку	Наблюдение
4	«Знакомство с бубном»	1	0,25	0,75	Знакомство с бубном; удары в такт музыке; игра «Тише-громче» с бубном	Наблюдение
5	«Весёлые ложки»	1	0,25	0,75	Игры с деревянными ложками; отстукивание ритма по показу педагога	Игра-задание
6	«Делай как я»	1	–	1	Музыкально-двигательные упражнения с повтором движений за педагогом; ритмическое эхо	Наблюдение
7	«Пальчиковая ритмика»	1	0,25	0,75	Пальчиковые и логоритмические игры; согласование речи и движения	Наблюдение
8	«Шумовой оркестр»	1	–	1	Совместная игра на шумовых инструментах; простейший	Наблюдение

					аккомпанемент под песню	
9	«Ритмическое эхо»	1	0,25	0,75	Повторение заданного ритма хлопками и инструментами; игры на внимание	Игра-задание
10	«Итоговое: мы — музыканты!»	1	0,25	0,75	Игровое занятие с показом ритмических умений; педагогическая диагностика	Диагностика

Модуль 3. «Поём и пляшем вместе»

Цель: развивать коммуникативные навыки и умение взаимодействовать в паре, хороводе, коллективе.

Задачи модуля: знакомить с коммуникативными танцами-играми; учить взаимодействовать в паре и хороводе; развивать выразительность и творческую импровизацию; воспитывать доброжелательность и умение играть вместе.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание деятельности	Формы контроля
1	«Давайте познакомимся»	1	0,5	0,5	Беседа о дружбе; коммуникативная игра-танец «Здравствуйте» (Буренина)	Наблюдение
2	«В хороводе»	1	0,25	0,75	Хороводные игры; движение по кругу с пением и хлопками	Наблюдение
3	«В пары вставайте»	1	–	1	Коммуникативный танец-игра «В пары вставайте»; парные движения	Игра-задание
4	«Весёлый зоопарк»	1	0,25	0,75	Танцевальные этюды на образы животных; подражательные импровизации	Творческое задание
5	«Веселись, детвора»	1	–	1	Коммуникативный танец-игра «Веселись, детвора» (Буренина)	Наблюдение

6	«Танец с платочками»	1	0,25	0,75	Упражнения с платочками; простейшая композиция с атрибутом	Наблюдение
7	«Пляшут наши ножки»	1	–	1	Простейшие плясовые движения (притопы, «пружинка»); плясовая импровизация	Наблюдение
8	«Дружные ладошки»	1	0,25	0,75	Парные коммуникативные игры с хлопками и поворотами	Игра-задание
9	«Мы танцуем и поём»	1	–	1	Разучивание итоговой музыкально-двигательной композиции	Наблюдение
10	«Наши любимые игры»	1	0,25	0,75	Повторение коммуникативных танцев-игр; закрепление движений	Наблюдение
11	«Репетиция праздника»	1	–	1	Отработка итоговой композиции; работа над выразительностью	Наблюдение
12	«Итоговое: мы танцуем вместе!»	1	0,25	0,75	Открытое занятие-выступление для родителей; педагогическая диагностика	Открытое занятие

5.2. Модули 2-го года обучения (4–5 лет)

Модуль 1. «Путешествие в мир танца» (10 ч: теория 2 ч, практика 8 ч)
Цель: расширять пластический и танцевальный опыт, развивать выразительность и координацию.
Задачи модуля: осваивать элементы танцевальных движений; развивать пластику и координацию; знакомить с характером народного и современного танца; развивать выразительность.

№	Тема занятия	Кол-во	Теория	Практика	Содержание деятельности	Формы контроля

		часов				
1	«Как танцуют разные народы»	1	0,5	0,5	Беседа с показом; слушание народной и современной музыки; вводная диагностика	Наблюдение
2	«Весёлый каблучок»	1	0,25	0,75	Элемент «каблучок»; шаг с притопом под музыку	Игровые задания
3	«Пружинка»	1	–	1	Освоение «пружинки»; полуприседания под музыку; сочетание с хлопками	Наблюдение
4	«Ковырялочка»	1	0,25	0,75	Освоение элемента «ковырялочка»; упражнения у опоры и в кругу	Наблюдение
5	«Русская пляска»	1	0,25	0,75	Соединение освоенных элементов в простейшую плясовую композицию	Наблюдение
6	«Пластические этюды»	1	–	1	Упражнения на пластику и гибкость; этюд «Мы — листья»	Творческое задание
7	«Гибкие руки»	1	0,25	0,75	Упражнения на пластику рук и корпуса; плавные движения под музыку	Наблюдение
8	«Координация и ритм»	1	–	1	Упражнения на координацию движений под музыку;	Наблюдение

					смена движений по сигналу	
9	«Танцевальная импровизация»	1	0,25	0,75	Импровизация на заданную тему; передача образа через движение	Творческое задание
10	«Итоговое: путешествие продолжается»	1	0,25	0,75	Показ освоенных движений; педагогическая диагностика	Диагностика

Модуль 2. «Ритмическая мозаика» (10 ч: теория 2 ч, практика 8 ч)
Цель: развивать умение выстраивать движения в ритме, работать с простейшими музыкально-двигательными композициями.
Задачи модуля: развивать чувство ритма и музыкальный слух; знакомить с музыкальными жанрами; осваивать сюжетно-образные комплексы; развивать умение передавать настроение музыки через пластику.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание деятельности	Формы контроля
1	«Музыка и ритм»	1	0,5	0,5	Беседа «Как двигается мелодия»; различение жанров (марш, танец, песня)	Наблюдение
2	«Музыкальные жанры»	1	0,25	0,75	Игровые упражнения на различение жанров; движение в характере музыки	Наблюдение
3	«Времена года: осень»	1	–	1	Сюжетно-образный комплекс «Осень»; плавные и ритмичные движения	Творческое задание
4	«Лесные музыканты»	1	0,25	0,75	Музыкально-двигательная зарисовка «Лесные музыканты»	Наблюдение

5	«Настроение музыки»	1	0,25	0,75	Передача настроения музыки через пластику (грусть, радость, задор)	Наблюдение
6	«Построения и перестроения»	1	–	1	Построения в круг, колонну, врассыпную в соответствии с движением мелодии	Наблюдение
7	«Ритмические рисунки»	1	0,25	0,75	Ритмические рисунки с шумовыми инструментами; ритм под музыку	Игра-задание
8	«Времена года: зима»	1	–	1	Комплекс «Зима»; движения в характере зимней музыки	Творческое задание
9	«Праздник детей»	1	0,25	0,75	Сюжетно-образный комплекс «Праздник детей»; соединение движений в композицию	Наблюдение
10	«Итоговое: ритмическая мозаика»	1	0,25	0,75	Показ освоенных комплексов; педагогическая диагностика	Диагностика

Модуль 3. «Танцуем и дружим»

Цель: совершенствовать коммуникативные танцы-игры, развивать творческую самостоятельность и коллективное взаимодействие.

Задачи модуля: осваивать парные и групповые коммуникативные композиции; развивать творческую самостоятельность; готовить итоговое выступление; воспитывать коллективизм и взаимопомощь.

№	**Тема занятия**	**Кол-во часов**	**Теория**	**Практика**	**Содержание деятельности**	**Формы контроля**

1	«Дружба в танце»	1	0,5	0,5	Беседа о дружбе и взаимодействии; коммуникативная игра «Весёлый хоровод» (Буренина)	Наблюдение
2	«Весёлый хоровод»	1	0,25	0,75	Разучивание хоровода; движение по кругу с пением и движениями	Наблюдение
3	«Приглашение»	1	–	1	Коммуникативный танец-игра «Приглашение»; парные движения	Игра-задание
4	«Танец с платочками»	1	0,25	0,75	Композиция с платочками; работа в паре и группе	Наблюдение
5	«Дружба»	1	–	1	Коммуникативный танец-игра «Дружба» (Буренина)	Наблюдение
6	«Парные композиции»	1	0,25	0,75	Парные танцевальные композиции; согласование движений в паре	Наблюдение
7	«Групповые композиции»	1	–	1	Групповые перестроения и композиции; взаимодействие в коллективе	Наблюдение
8	«Творческая импровизация»	1	0,25	0,75	Импровизация на заданную тему; самостоятельный выбор движений	Творческое задание
9	«Готовим выступление»	1	–	1	Постановка итоговой музыкально-двигательной композиции	Наблюдение
10	«Репетиция»	1	0,25	0,75	Отработка итоговой композиции;	Наблюдение

					работа над синхронностью и выразительностью	
11	«Генеральная репетиция»	1	–	1	Прогон итоговой композиции; работа над эмоциональностью и уверенностью	Наблюдение
12	«Итоговое выступление»	1	0,25	0,75	Итоговое выступление для родителей; итоговая аттестация	Итоговая аттестация

5. Методическое объединение

Музыкально-ритмические игры, сюжетные этюды, коммуникативные танцы по методике А. И. Бурениной.

6. Материально – техническое обеспечение

Музыкальный/спортивный зал, музыкальный центр, аудиозаписи, флеш-носитель, шумовые инструменты, атрибуты (платочки, ленты, султанчики, обручи), ковровое покрытие, зеркала (при наличии).

7. Используемая литература

1. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Буренина, А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей. — СПб.: Музыкальная палитра, 2004.
3. ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации».
4. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629.
5. СанПиН 1.2.3685-21.