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: 5-7 лет

Педагоги дополнительного образования:
Брагин Д.Г. .

г. Саров, 2026

Содержание

№ раздела	Наименование раздела	Страница
	Пояснительная записка	**3**
1.1	Актуальность программы	3
1.2	Новизна и отличительные особенности	4
1.3	Цель и задачи программы	5
1.4	Планируемые результаты	6
2	**Учебный план**	**7**
3	**Календарный учебный график**	**8**
4	**Содержание программы учебных модулей**	**9**
4.1	1-й год обучения (5–6 лет)	9
4.1.1	Модуль 1. «В мире музыкальных движений»	9
4.1.2	Модуль 2. «Ритмопластика и образное движение»	10
4.1.3	Модуль 3. «Коммуникативные танцы-игры»	11
4.1.4	Модуль 4. «Первые танцевальные композиции»	12
4.2	2-й год обучения (6–7 лет)	13
4.2.1	Модуль 1. «Музыкальная форма и выразительное движение»	13
4.2.2	Модуль 2. «Танцевальная азбука»	14
4.2.3	Модуль 3. «Коммуникативные танцы-игры и коллективный танец»	15
4.2.4	Модуль 4. «Творческая мастерская и сценическая культура»	16
5	**Формы аттестации**	**17**
6	**Материально-техническое обеспечение**	**17**
7	**Используемая литература**	**18**

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность программы

Дошкольный возраст — сензитивный период для развития музыкально-ритмических способностей, координации, чувства ритма и пластической выразительности. Ритмика как синтетический вид деятельности объединяет музыку, движение и игру, что соответствует психофизиологическим особенностям детей 5–7 лет. Программа «Ритмика для дошкольников» является дополнительной общеобразовательной программой, реализуемой сверх задач образовательной программы ДОУ: её содержание не дублирует образовательную область «Художественно-эстетическое развитие» основной программы дошкольного образования, а расширяет и углубляет музыкально-двигательное развитие детей за счёт системной работы по ритмопластике, коммуникативным танцам-играм и элементам танцевальной импровизации.
Программа разработана с опорой на:

- **Буренина А. И.** «Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста». — СПб.: ЛОИРО, 2000;
- **Буренина А. И.** «Коммуникативные танцы-игры для детей». — СПб.: Музыкальная палитра, 2004.

1.2. Новизна и отличительные особенности

- Модульная структура: содержание каждого года обучения представлено самостоятельными модулями; модули первого года (5–6 лет) и второго года (6–7 лет) преемственны, но не повторяются.
- Коммуникативная направленность: включение коммуникативных танцев-игр (по А. И. Бурениной) как средства развития социальной компетентности, эмпатии, умения взаимодействовать в паре и коллективе.
- Преемственность (сверх задач ДОУ): программа выстроена как надстройка над базовым музыкальным развитием детского сада — акцент на пластической выразительности, музыкально-двигательной импровизации, сценической культуре.
- Здоровьесберегающий компонент: коррекция осанки, развитие координации, профилактика плоскостопия средствами ритмопластики.

1.3. Цель и задачи программы

Цель программы: Развитие музыкально-ритмических и творческих способностей, пластической выразительности и коммуникативных умений детей 5–7 лет средствами музыкально-ритмической деятельности сверх содержания образовательной программы ДОУ.

Задачи программы

Обучающие:

- освоить элементы музыкальной грамоты в движении (темп, ритм, динамика, регистр, характер музыки);
- сформировать навыки основных и танцевальных движений, ориентировки в пространстве;
- познакомить с элементами народного, бального и современного танца в доступной форме.

Развивающие:

- развивать чувство ритма, музыкальный слух (в единстве с движением), память, внимание;
- развивать координацию, гибкость, пластичность, правильную осанку;
- развивать творческое воображение, способность к импровизации и самовыражению в движении.

Воспитательные:

- воспитывать интерес и любовь к музыке и движению;
- формировать коммуникативные качества, умение работать в паре и коллективе;
- воспитывать эстетический вкус, культуру поведения и сценическую культуру.

1.4. Планируемые результаты

По итогам 1-го года (5–6 лет) — обучающийся:

- различает характер музыки (весёлый, грустный, спокойный, энергичный) и передаёт его в движении;
- выполняет основные движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, галоп), ориентируется в пространстве зала;
- ритмично выполняет хлопки, притопы, простые ритмические рисунки;
- исполняет коммуникативные танцы-игры с несложной сменой партнёров;
- участвует в музыкально-двигательной импровизации по показу и по словесному образу.

По итогам 2-го года (6–7 лет) — обучающийся:

- передаёт в движении музыкальную форму (двух- и трёхчастную), динамику, смену регистров;
- выполняет элементы народного, бального и современного танца (простые комбинации);
- самостоятельно выстраивает ритмический рисунок, согласует движение с метром;
- импровизирует под музыку, создаёт пластический образ;
- исполняет коммуникативные танцы-игры с переменой партнёров, движется в коллективном танце;
- владеет навыками сценической культуры (выход, поклон, поведение на сцене).

2. Учебный план

№	Название учебного модуля	Год обучения	Количество часов (теория)	Количество часов (практика)	Всего часов	Формы промежуточной аттестации
1-й год обучения (5–6 лет)						
1.1	Модуль 1. «В мире музыкальных движений» (вводный: музыкально-ритмические навыки, основные	1	2	10	12	Диагностическое занятие, наблюдение

	движения, ориентировка в пространстве)					
1.2	Модуль 2. «Ритмопластика и образное движение» (передача характера музыки, пластические этюды, импровизация по образу)	1	1	7	8	Творческое задание «Пластический образ»
1.3	Модуль 3. «Коммуникативные танцы-игры» (по А. И. Бурениной)	1	1	5	6	Открытое занятие для родителей
1.4	Модуль 4. «Первые танцевальные композиции» (элементы народного и современного танца, простые композиции)	1	1	5	6	Итоговое занятие «Музыкальная мозаика»
	Итого 1-й год		**5**	**27**	**32**	
2-й год обучения (6–7 лет)						
2.1	Модуль 1. «Музыкальная форма и выразительное движение» (форма двух-, трёхчастная, динамика, регистры)	2	2	6	8	Диагностическое занятие, наблюдение
2.2	Модуль 2. «Танцевальная азбука» (элементы народного, бального, современного танца, комбинации)	2	2	10	12	Контрольное занятие «Танцевальная мозаика»
2.3	Модуль 3. «Коммуникативные танцы-игры и	2	1	4	5	Открытое занятие для родителей

	коллективный танец» (смена партнёров, коллективное взаимодействие)					
2.4	Модуль 4. «Творческая мастерская и сценическая культура» (импровизация, пластический образ, выход, поклон)	2	1	6	7	Итоговый показ «Ритмическая мозаика»
	Итого 2-й год		**6**	**26**	**32**	
	Итого за весь курс		**11**	**53**	**64**	

3. Календарный учебный график

Месяц	Кол-во занятий	Учебный модуль (1-й год, 5–6 лет)	Учебный модуль (2-й год, 6–7 лет)	Формы работы / мероприятия
Октябрь	4	Модуль 1 (вводный)	Модуль 1 (вводный)	Вводное и диагностическое занятие, наблюдение
Ноябрь	4	Модуль 1 (завершение), Модуль 2 (начало)	Модуль 1 (завершение), Модуль 2 (начало)	Наблюдение, пластические этюды
Декабрь	4	Модуль 2 (продолжение)	Модуль 2 (продолжение)	Творческие задания, открытое занятие для родителей (декабрь)
Январь	3	Модуль 2 (завершение), Модуль 3 (начало)	Модуль 2 (продолжение)	Наблюдение, коммуникативные танцы-игры
Февраль	4	Модуль 3 (продолжение)	Модуль 2 (завершение), Модуль 3 (начало)	Коммуникативные танцы-игры, контрольное занятие
Март	4	Модуль 3 (завершение), Модуль 4 (начало)	Модуль 3 (продолжение)	Наблюдение, танцевальные композиции
Апрель	4	Модуль 4 (продолжение)	Модуль 3 (завершение), Модуль 4 (начало)	Разбор композиций, репетиции
Май	5	Модуль 4 (завершение)	Модуль 4 (завершение)	Итоговое занятие / итоговый показ, промежуточная аттестация
Итого	**32**			

Каникулы: в соответствии с календарным учебным графиком ДОУ (ориентировочно — 1 неделя в январе, летние месяцы июнь–август).

Формы промежуточной аттестации:

- 1-й год — диагностическое занятие, наблюдение, творческое задание, открытое занятие, итоговое занятие «Музыкальная мозаика»;

- 2-й год — диагностическое занятие, наблюдение, контрольное занятие, открытое занятие, итоговый показ «Ритмическая мозаика».

4. Содержание программы учебных модулей

1-й год обучения (5–6 лет)
Модуль 1. «В мире музыкальных движений»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Вводное занятие. Музыка и движение	1	1	—	Понятия «музыка», «движение», «ритм», «темп». Правила поведения в зале, правила безопасного движения. Диагностика исходного уровня музыкально-ритмических способностей	Диагностическое занятие, наблюдение
2	Знакомство с элементами музыкальной грамоты в движении	1	1	—	Темп, ритм, динамика, регистр, характер музыки — первоначальные представления; как их «услышать» и «показать» движением	Наблюдение, беседа
3	Ходьба под музыку разного темпа и характера	1	—	1	Ходьба бодрая, спокойная, плавная; ходьба с высоким подниманием колена, на носках, на пятках	Наблюдение
4	Бег под музыку. Чередование ходьбы и бега	1	—	1	Бег лёгкий, с захлёстом голени, стремительный; смена темпа и характера движения	Наблюдение

5	Прыжки и поскоки	1	—	1	Прыжки на двух ногах, с продвижением; поскоки, подскоки; лёгкость и пружинность	Наблюдение
6	Прямой галоп	1	—	1	Прямой галоп под музыку; согласование движения с ритмом	Наблюдение
7	Ориентировка в пространстве: построения	1	—	1	Построения в круг, колонну, шеренгу; «стайка — круг — колонна»	Наблюдение
8	Ориентировка в пространстве: перестроения	1	—	1	Перестроения по показу педагога; движение в парах, «врассыпную»	Наблюдение
9	Хлопки и притопы	1	—	1	Ритмичные хлопки, притопы одной и двумя ногами; хлопки в такт музыке	Наблюдение
10	Простые ритмические рисунки	1	—	1	Простые ритмические рисунки в хлопках и притопах; ритмослоги	Наблюдение
11	Упражнения на осанку и координацию	1	—	1	Упражнения на правильную осанку; элементы профилактики плоскостопия; координационные упражнения	Наблюдение
12	Обобщающее занятие модуля	1	—	1	Закрепление основных и танцевальных движений; музыкально-двигательные игры; ориентировка в пространстве	Наблюдение, констатирующая диагностика

Модуль 2. «Ритмопластика и образное движение»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Характер музыки и его передача в движении	1	1	—	Понятия «характер музыки» (весёлый, грустный, спокойный, энергичный), «пластический образ»; как отразить характер движением	Наблюдение, беседа
2	Весёлая и энергичная музыка в движении	1	—	1	Движение под весёлую и энергичную музыку; передача настроения в позе и мимике	Наблюдение
3	Спокойная и грустная музыка в движении	1	—	1	Плавные, мягкие движения под спокойную и грустную музыку	Наблюдение
4	Пластические этюды «Животные»	1	—	1	Пластические этюды по образу животных (кошка, птица, медведь и др.)	Наблюдение
5	Пластические этюды «Природа»	1	—	1	Пластические этюды по образу природы (деревья, ветер, листья)	Наблюдение
6	Импровизация по показу	1	—	1	Музыкально-двигательная импровизация по показу педагога	Наблюдение
7	Импровизация по словесному образу	1	—	1	Импровизация по словесному образу («бабочка», «снежинка», «солнечный зайчик»)	Наблюдение

8	Игры на выразительность движения. Творческое задание	1	—	1	Игры на выразительность; выполнение творческого задания «Пластический образ»	Творческое задание «Пластический образ»

Модуль 3. «Коммуникативные танцы-игры»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Правила коммуникативных танцев-игр	1	1	—	Этика взаимодействия в паре, уважение к партнёру; правила коммуникативных танцев-игр	Наблюдение, беседа
2	Танец-игра «Приветствие»	1	—	1	Разучивание танца-игры «Приветствие»; приветствие партнёра движением	Наблюдение
3	Танец-игра «Ладошки»	1	—	1	Разучивание танца-игры «Ладошки»; тактильное взаимодействие в паре	Наблюдение
4	Игра «Найди себе пару»	1	—	1	Разучивание игры «Найди себе пару»; несложная смена партнёров	Наблюдение
5	Игры на сплочение коллектива	1	—	1	Коммуникативные игры-хороводы, игры на сплочение коллектива	Наблюдение
6	Открытое занятие для родителей	1	—	1	Показ разученных коммуникативных танцев-игр; совместное исполнение с родителями	Открытое занятие для родителей

Модуль 4. «Первые танцевальные композиции»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Понятия «танец», «композиция»	1	1	—	Понятие «танец», «композиция»; простейшие элементы народного и современного танца	Наблюдение, беседа
2	Элементы народного танца	1	—	1	Простые ходы, притопы, «ковырялочка» в доступной форме	Наблюдение
3	Элементы современного танца	1	—	1	Простые шаги, повороты, «пружинка» современного танца	Наблюдение
4	Разучивание танцевальной комбинации	1	—	1	Разучивание простой танцевальной комбинации из освоенных элементов	Наблюдение
5	Постановка итоговой композиции. Репетиция	1	—	1	Постановка и разучивание итоговой композиции; репетиция	Наблюдение
6	Итоговое занятие «Музыкальная мозаика»	1	—	1	Показ итоговой композиции; музыкально-двигательные игры; подведение итогов	Итоговое занятие «Музыкальная мозаика»

2-й год обучения (6–7 лет)

Модуль 1. «Музыкальная форма и выразительное движение»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Музыкальная форма (двух- и трёхчастная)	1	1	—	Понятия «музыкальная форма», «двухчастная и трёхчастная форма»; связь формы музыки и построения движения.	Диагностическое занятие, наблюдение

					Диагностика исходного уровня	
2	Динамика и регистр	1	1	—	Понятия «динамика», «регистр»; как отразить их в движении	Наблюдение, беседа
3	Передача двухчастной формы в движении	1	—	1	Упражнения на передачу двухчастной формы (часть А — часть Б)	Наблюдение
4	Передача трёхчастной формы в движении	1	—	1	Упражнения на передачу трёхчастной формы (А — Б — А)	Наблюдение
5	Смена динамики в движении	1	—	1	Движение с изменением динамики (громко — тихо), амплитудой и силой	Наблюдение
6	Смена регистров в движении	1	—	1	Движение с изменением регистра (высокий — низкий)	Наблюдение
7	Согласование движения с метром	1	—	1	Упражнения на согласование движения с метром; сильная доля	Наблюдение
8	Обобщающее занятие модуля	1	—	1	Закрепление передачи формы, динамики, регистров; музыкально-двигательные игры	Наблюдение, констатирующая диагностика

Модуль 2. «Танцевальная азбука»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Элементы народного, бального и современного танца	1	1	—	Понятия «комбинация», «перестроение», «рисунок танца»; обзор	Наблюдение, беседа

					элементов разных танцев	
2	Элементы народного танца: ходы и притопы	1	1	—	Простые ходы, притопы, «ковырялочка», «гармошка» в доступной форме	Наблюдение
3	Народный танец: практика	1	—	1	Разучивание элементов народного танца, хороводный шаг	Наблюдение
4	Элементы бального танца	1	—	1	Простые шаги бального танца, повороты в паре	Наблюдение
5	Бальный танец: работа в паре	1	—	1	Положение в паре, простые шаги и повороты в паре	Наблюдение
6	Элементы современного танца	1	—	1	Современные ритмичные движения, «пружинка», шаги с поворотами	Наблюдение
7	Современный танец: практика	1	—	1	Разучивание комбинации современного танца	Наблюдение
8	Комбинация из элементов народного танца	1	—	1	Составление и разучивание комбинации из освоенных элементов	Наблюдение
9	Комбинация из элементов современного танца	1	—	1	Составление и разучивание комбинации из освоенных элементов	Наблюдение
10	Перестроения и рисунок танца	1	—	1	Перестроения в танце, освоение рисунка танца (круг, «звёздочка», «ручеёк»)	Наблюдение
11	Самостоятельное выстраивание ритмического рисунка	1	—	1	Дети самостоятельно выстраивают ритмический рисунок в	Наблюдение

					хлопках и притопах	
12	Контрольное занятие «Танцевальная мозаика»	1	—	1	Показ разученных комбинаций; контрольное занятие	Контрольное занятие «Танцевальная мозаика»

Модуль 3. «Коммуникативные танцы-игры и коллективный танец»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Правила коллективного танца	1	1	—	Правила коллективного танца; коммуникативные танцы с переменой партнёров	Наблюдение, беседа
2	Коммуникативный танец-игра с переменой партнёров	1	—	1	Разучивание коммуникативного танца-игры с переменой партнёров	Наблюдение
3	Коллективный танец	1	—	1	Разучивание коллективного танца; взаимодействие в коллективе	Наблюдение
4	Игры на сплочение. Совершенствование танцев	1	—	1	Коммуникативные игры на сплочение; совершенствование разученных танцев	Наблюдение
5	Открытое занятие для родителей	1	—	1	Показ коммуникативных танцев-игр и коллективного танца	Открытое занятие для родителей

Модуль 4. «Творческая мастерская и сценическая культура»

№ занятия	Раздел / тема	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание учебного материала	Формы контроля
1	Сценическая культура:	1	1	—	Понятия «сценическая	Наблюдение, беседа

	выход, поклон, поведение на сцене				культура», «выход», «поклон»; поведение на сцене; понятие «пластический образ»	
2	Освоение выхода и поклона	1	—	1	Отработка выхода на сцену и поклона; ровная осанка, уверенный шаг	Наблюдение
3	Музыкально-двигательная импровизация	1	—	1	Свободная импровизация под музыку; самовыражение в движении	Наблюдение
4	Создание пластического образа	1	—	1	Создание и воплощение пластического образа (индивидуально и в группе)	Наблюдение
5	Постановка итогового показа	1	—	1	Постановка итогового показа «Ритмическая мозаика»	Наблюдение
6	Генеральная репетиция	1	—	1	Репетиция итогового показа; отработка сценической культуры	Наблюдение
7	Итоговый показ «Ритмическая мозаика»	1	—	1	Итоговый показ для родителей и педагогов; промежуточная аттестация	Итоговый показ «Ритмическая мозаика»

5. Формы аттестации

Оценка результативности освоения программы проводится в безотметочной форме и включает несколько этапов контроля:
- Входная диагностика (педагогическое наблюдение, выполнение простых игровых заданий, беседа).
- Текущий контроль (осуществляется на каждом занятии в форме педагогического наблюдения за качеством выполнения движений, согласованностью с музыкой, активностью и эмоциональной отзывчивостью ребёнка).
- Промежуточная аттестация:
    - контрольные и обобщающие занятия;
    - творческие задания и импровизации;
    - открытые занятия для родителей и педагогов;
    - итоговые показы и выступления.

6. Материально-техническое обеспечение

- музыкальный (физкультурный) зал, соответствующий санитарно-гигиеническим требованиям;
- музыкальный центр / аудиосистема, ноутбук, проектор;
- фонотека и нотный материал по репертуару;
- зеркальная стена (по возможности);
- гимнастические коврики, мягкие модули;
- атрибуты и реквизит: ленты, платочки, флажки, обручи, мячи, султанчики, маски;
- костюмы и элементы костюмов для выступлений;
- дидактические материалы: карточки-схемы перестроений, пиктограммы, ритмические карточки.

7. Используемая литература

1. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А. И. Буренина. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Буренина, А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей / А. И. Буренина. — СПб.: Музыкальная палитра, 2004.
3. Ветлугина, Н. А. Музыкальное развитие ребёнка / Н. А. Ветлугина. — М.: Просвещение, 1968.
4. Зарецкая, Н. В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста / Н. В. Зарецкая. — М.: АРКТИ, 2005.
5. Коренева, Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста / Т. Ф. Коренева. — М.: ВЛАДОС, 2001.
6. Слуцкая, С. Л. Танцевальная мозаика: хореография в детском саду / С. Л. Слуцкая. — М.: Линка-Пресс, 2006.
7. Фомина, А. Н. Сюжетно-ролевой ритмический тренинг / А. Н. Фомина. — М.: Гном и Д, 2004.
8. Чибрикова-Луговская, А. Е. Ритмика / А. Е. Чибрикова-Луговская. — М.: Дрофа, 1998.