Муниципальное казённое учреждение
Управление образования и молодёжной политики
Златоустовского городского округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр эстетического воспитания детей»

ПРИНЯТА
Протокол педагогического совета
№ 1 от «28» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО «ЦЭВД»
_____ В.А. Фахрутдинов
«31» августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

Ритмические занятия для дошкольников студии «Солнышко»

Возраст обучающихся: 4-7 лет
Срок реализации: 3 года
Год разработки программы: 2020

Составитель:
Зуянова Юлия Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Златоуст
2026

Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы» 3
1.1. Пояснительная записка 3
1.2. Цель и задачи программы 7
1.3. Содержание программы 8
1.3.1. Учебный план 1 год обучения 8
1.3.2. Учебный план 2 год обучения……12
1.3.3. Учебный план 3 год обучения……16
1.4. Планируемые результаты 20
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий» 23
2.1. Календарный учебный график 23
2.2. Условия реализации программы 23
2.3. Формы аттестации 24
2.4. Оценочные материалы 25
2.5. Методические материалы…….....29
2.6. Воспитательный компонент……..…37
2.7. Список литературы..... 39

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмические занятия для дошкольников студии «Солнышко» (далее – ДООП «Ритмические занятия») осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (в редакции от 25 декабря 2023 г. № 685-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации от 07 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (в редакции распоряжения Правительства Российской Федерации от 01 июля 2025 г. №1745-р);

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 июня 2026 г. № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания»» // М.: Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО, 2023;

Региональный проект «Всё лучшее детям» в составе соответствующего федерального проекта Национального проекта «Молодёжь и дети» (2025 – 2030 гг.);

Программа перспективного развития системы образования Златоустовского городского округа на период 2025-2030 гг.;

Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей»;

Положение о формах, периодичности и порядке текущего и итогового контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся МАУДО «ЦЭВД».

ДООП «Ритмические занятия» относится к программам *физкультурно-спортивной* направленности.

Уровень освоения содержания образования – *базовый*.

Актуальность программы

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции психического и физического развития дошкольников при подготовке к обучению в школе. В ходе музыкально-ритмических занятий формируются навыки здорового образа жизни, развиваются морально-волевые и личностные качества дошкольника, эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия ритмикой направлены на социализацию ребёнка в обществе, на воспитание здоровой, организованной, гармонически развитой личности. Иными словами, ДООП «Ритмические занятия» обеспечивает физическую готовность дошкольника к обучению в школе.

Особенности программы

ДООП «Ритмические занятия» является *модифицированной* программой, основанной на прогрессивных идеях системы Эмиля Жака Далькроза и его последователей по ритмической пластике. Ещё в 50-60-е годы в нашей стране были созданы программы музыкального воспитания, разработана методика работы с детьми и подобран разнообразный музыкально-ритмический репертуар для детей дошкольного возраста. В то же время ДООП «Ритмические занятия» имеет свои отличительные особенности.

Во-первых, здесь используются в качестве музыкального сопровождения, как правило, целостные произведения в аудиозаписи, а не отрывки по 8 – 16 тактов, как это принято при выполнении традиционных музыкально-ритмических упражнений. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки.

Во-вторых, педагог акцентирует внимание не столько на формировании двигательных умений), сколько на анализе внутренних процессов (сенсорных, мыслительных, эмоциональных), являющихся регулирующей основой движения под музыку. Движение является как бы видимой частью глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребёнка.

Адресат программы

ДООП «Ритмические занятия» рассчитана на обучающихся дошкольной студии развивающего обучения «Солнышко» в возрасте от 4 до 7 лет. В процессе её реализации учитываются возрастные особенности детей.

Возрастные особенности обучающихся 4-5 лет

К четырём годам возрастают физические возможности детей: движения становятся более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, иг-

ровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми. Заметив перевозбуждение ребёнка, необходимо переключить его внимание на более спокойное занятие. Это поможет ему восстановить силы и успокоиться.

На четвёртом году жизни дети способны осваивать и выполнять движения самостоятельно, изменять их в соответствии с двухчастным музыкальным произведением, реагировать на начало и окончание звучания музыки и выполнять простейшие движения. Но эти движения ещё недостаточно скоординированы, реакции несовершенны, дети плохо ориентируются в пространстве, с трудом включаются в коллективные действия. Дети легко осваивают метрический рисунок в хлопках, труднее - при ходьбе и совсем затрудняются при беге.

Занятия ритмикой для детей в возрасте до 5 лет – это своеобразная игра с элементами перевоплощения в соответствии с тем или иным образом. Педагог выступает в роли доброго волшебника, который превращает детей то в игрушки, то в зверей, то в различные природные явления. Реализуясь, ребёнок всегда испытывает состояние комфорта, он счастлив в игре. Поэтому основным видом деятельности на занятиях являются этюды, где в игровой форме даются основы движений, вырабатываются навыки владения своим телом.

Возрастные особенности обучающихся 5-6 лет

У детей пятого года жизни дифференцируются слуховые ощущения (они могут узнавать знакомые мелодии, различать яркие средства музыкальной выразительности, определять характер музыки), поэтому они двигаются ритмичнее, согласованнее с характером музыки, начинают и прекращают движения в соответствии с музыкой, выполняют более разнообразные движения. Развивается умение ориентироваться в пространстве, коммуникативные качества, что способствует более слаженному осуществлению совместной деятельности. Они способны в движениях передать двух- и трёхчастную форму, характерным движением выразить музыкально-игровой образ. Дети могут ходить в соответствии с метрической пульсацией, но правильная передача ритмического рисунка их затрудняет. Чувствуя смену темпа, они не всегда точно это воспроизводят. Необходимо развивать у детей мелкую моторику, давать различные задания на выполнение мелких быстрых движений пальчиками рук. Укреплять мышцы спины. Ближе к 5 годам требовать умения держать спину. Развивать голеностоп. В результате укрепится мышечный корсет, дети будут расти здоровыми и сильными. В то же время необходимо стараться долго не зацикливаться на одном упражнении, так как это приводит к быстрой утомляемости и рассеянности внимания у детей. В этом возрасте целесообразно постоянно использовать движения, контрастные по исполнению и в музыке (быстро - медленно; плавно - резко), и наполнять все задания смысловым и эмоциональным содержанием.

Возрастные особенности обучающихся 6-7 лет

У детей шестого года жизни появляются двигательная выразительность, индивидуальность в передаче музыкально-игровых образов, точность, ритмичность и грациозность в танце. Они передают движениями повторные, контрастные части музыки, способны ощущать метрическую долю, в хлопках и движениях исполнять несложный ритмический рисунок, выделять сильную долю,

смену темпа. Слушая произведение, они могут восстановить в памяти последовательность движений в играх, плясках. Детям этого возраста свойственно творчество в композиции знакомых плясовых движений, в новых сочетаниях. В своих высказываниях они пытаются отметить некоторые связи музыки и движения.

Дети до 7 лет очень хрупки и ранимы, поэтому важно быть внимательным к каждому, научить их любви к физической культуре и музыке, открыть радость труда.

Условия приёма. Для занятий по ДООП «Ритмические занятия» принимаются все дети, поступившие в дошкольную студию «Солнышко», не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям ритмикой.

Наполняемость групп. Для успешной реализации ДООП «Ритмические занятия» целесообразно объединение обучающихся в учебные группы численностью 10-12 человек.

Объём программы: на полное освоение ДООП «Ритмические занятия» требуется 108 часов – по 36 часов в год.

Срок освоения программы: 3 года.

Режим занятий. Планируется 1 учебное занятие в неделю по 1 академическому часу (30 минут).

Форма обучения: очная.

Формы проведения занятий: учебное занятие, практическое занятие.

Методы обучения

При обучении ритмике используются традиционные методы:

- *наглядный* (постоянное сочетание наглядно-слухового и наглядно-зрительного приёмов: исполнение музыки должно сопровождаться показом движения; одновременно с показом возможны объяснение и использование тактильно-мышечной наглядности - прикосновение к ребёнку для уточнения положения головы, отдельных частей туловища, выпрямления осанки);
- *словесный* (беседа о характере музыки, средствах её выразительности, объяснение, рассказ об её образах, напоминание, оценка широко применяются в процессе обучения ритмике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами);
- *практический* (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения; для облегчения освоения навыка - выполнение подготовительных упражнений на предварительную «отработку» элементов бега, поскоков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами, облечённых в занимательную форму с использованием игрового и частично соревновательного методов; последующее включение отработанных элементов в игры, пляски и хороводы).

1.2. Цель и задачи программы

Цель ДООП «Ритмические занятия» - *духовное и физическое развитие дошкольников средствами музыкально-ритмических занятий; обеспечение психического и эмоционального благополучия; приобщение к здоровому образу жизни*.

Основные **задачи**:

Предметные:

1. Научить выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки.
2. Научить осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом.
3. Формировать навыки здорового образа жизни.

Личностные:

1. Развивать двигательные качества и умения (ловкость, точность, координацию движений, гибкость и пластичность, выносливость, силу, правильную осанку, красивую походку, умение ориентироваться в пространстве, умение выполнять разнообразные виды движений).
2. Развивать специальные музыкальные способности (музыкальный слух, чувство ритма, музыкальный кругозор, музыкальную память, познавательный интерес, умение чувствовать настроение и характер музыки).
3. Развивать творческие способности (потребность самовыражения в движении под музыку, воображение и фантазию, способность к импровизации в движении).
4. Развивать психические процессы (восприятие, внимание, волю, память, мышление; умение выражать эмоции в мимике и пантомимике).

Метапредметные:

1. Учить определять цели учебной деятельности с помощью педагога.
2. Учить основам планирования действий.
3. Учить анализу, оценке результатов учебной деятельности с помощью педагога.
4. Учить восприятию и осмыслению информации для достижения поставленной цели.
5. Формировать потребность в новом знании.
6. Формировать уважение к мнению собеседника.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Мир игрушек	1	0,5	0,5	*Вводный контроль*: диагностическая игра
2	Любимые персонажи мульт-фильмов	3	0,5	2,5	наблюдение
3	В мире сказок	3	0,5	2,5	наблюдение
4	Путешествия	3	-	3	наблюдение
5	В гостях у Петрушки	2	-	2	наблюдение
6	Природа и животные	2	0,5	1,5	наблюдение
7	Посмотрите – ка на нас!	1	-	1	Показательное выступление
8	Настроения в музыке и пласти-ке	2	0,5	1,5	наблюдение
9	Любимые песни малышей, их мам, бабушек	2	0,5	1,5	наблюдение
10	Композиции физкультурной направленности	2	-	2	наблюдение
11	Сюжетные танцы	3	0,5	2,5	наблюдение
12	Парные танцы	2	-	2	наблюдение
13	Весёлые дети	2	-	2	наблюдение
14	Игры и этюды	3	-	3	наблюдение
15	Танцевальный серпантин	4	-	4	наблюдение
16	Итоговое занятие «Дорога к знаниям!»	1	-	1	*Промежуточная аттестация*: показательное выступление перед родителями
	Итого:	**36**	**3,5**	**32,5**	

Описание разделов / тем учебного плана

Тема 1. **Вводное занятие. Мир игрушек** (1).
Теория: Беседа о любимых игрушках, о том, как с ними играют дети. Слушание детских песен, под которые ребята будут выполнять движения.
Практика: показ педагогом основных движений. Повторение их детьми. Отработка навыка их выполнения под музыку. Игра «Ехали – ехали».
Вводный контроль: диагностическая игра.

Тема 2. **Любимые персонажи мультфильмов** (3).
Теория: беседа с детьми об их любимых персонажах мультфильмов, рассматривание иллюстративного материала или просмотр отрывков из

мультфильмов. Слушание детских песен, под которые будут выполняться движения.
Практика: показ педагогом основных движений. Повторение их детьми. Отработка навыка их выполнения под музыку.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 3. **В мире сказок** (3).
Теория: беседа с детьми об их любимых сказках и их главных героях. Чтение педагогом отрывков из нескольких сказок, называние героев. Слушание детских песен, определение их характеров.
Практика: показ педагогом основных движений. Повторение их детьми. Свободное, самостоятельное выполнение движений на проигрыш.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 4. **Путешествия** (3).
Практика: педагог предлагает отправиться в путешествие, в гости к гномам. Выполнение движений в кругу (стихотворение «Новоселье»). Игры «Поезд», «Дом на горе», танец «Весёлые путешественники». Слушание музыки («Норвежский танец»), импровизация танца под эту музыку. Игра «Ехали – ехали».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 5. **В гостях у Петрушки** (2).
Практика: педагог предлагает отправиться в цирк. Выполнение в кругу под песню «У меня есть одна тётя» движений, показываемых педагогом. Ответы детей на вопрос: какие артисты выступают в цирке? Исполнение «Собачьей польки». Разминка с Петрушкой, исполнение танца «Зверобика». Игра «Пальчики – ручки».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 6. **Природа и животные** (2).
Теория: беседа о сезонных изменениях в природе с опорой на иллюстративный материал. Слушание музыки с установкой: «увидеть» музыку, услышать, как изменяется мелодия.
Практика: выполнение движений по показу педагога. Задача: добиваться музыкальной выразительности движений. Игры на ковре: «Котята спят», «Заинька серенький».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 7. **Посмотрите – ка на нас!** (1).
Практика: Обобщение изученного.
Контроль: Показательное выступление.

Тема 8. **Настроения в музыке и пластике** (2).
Теория: беседа о том, что такое настроение, каким оно бывает, какое настроение бывает в музыке и как его можно изобразить в движениях.

Практика: работа по развитию фантазии, воображения, умения выразить в пантомимике настроение, состояние персонажа. Танцы-миниатюры со словами: «Лисичка», «Котёнок», «Топ ногой, топ другой».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 9. **Любимые песни малышей, их мам, бабушек** (2).
Теория: педагог предлагает вспомнить и назвать их любимые песни, спеть 1-2, затем послушать песни, которые любили и пели их мамы, бабушки. Беседа по содержанию этих песен.
Практика: педагог показывает движения, которые можно делать под эти песни. Во время исполнения дети могут придумать и сделать свои движения. Игра «Рыбак и рыбки».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 10. **Композиции физкультурной направленности** (2).
Практика: игра «Моряки лихие»: отправление в морское путешествие. Игра «На море шторм»: бег врассыпную. Игра «Морские сигнальщики»: упражнения с флажками по показу педагога под счёт, в различных исходных положениях. «Морской бой» - игра с мячами. Подвижная игра «Кто кого ловит». «Делу – время, потехе – час»: дети танцуют, кто как хочет под «Эх, яблочко!».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 11. **Сюжетные танцы** (3).
Теория: педагог предлагает послушать песни «Лягушачья ламбада», «Плюшевый медвежонок», рассказывает сюжет.
Практика: педагог предлагает детям показать, как могут двигаться герои. Показывает некоторые движения, некоторые из них повторяет с детьми под счёт. Затем дети повторяют весь танец вместе с педагогом.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 12. **Парные танцы** (2).
Практика: игра «Колпачок». Знакомство с понятием «полька». Показ танца в паре с ребёнком. На следующих занятиях в пары становятся мальчик с девочкой.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 13. **Весёлые дети** (2).
Практика: игра «Ровным кругом». Что такое хоровод. Исполнение хороводных песен: «Как в лесу – лесочке», «Заинька серенький». Педагог показывает движения, исполняет их вместе с детьми без сопровождения. В заключение дети исполняют их самостоятельно в сопровождении фортепиано. Игра «Весёлый хоровод».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 14. **Игры и этюды** (3).

Практика: педагог с помощью «волшебного колпачка» предлагает превратиться в различные предметы и изобразить их (игры – превращения). Работа по развитию способностей к импровизации, по развитию умения переключать внимание. Затем предлагает прослушать музыкальные произведения «Птички и ворона», «Козочки и волк», объясняет, под какую часть музыки какие движения выполнять. При повторе дети меняются ролями.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 15. **Танцевальный серпантин** (4).
Практика: повторение пройденных композиций. Перечисление запомнившихся названий танцев и музыкальных игр. Исполнение некоторых по желанию детей.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 16. **Итоговое занятие** (1).
Практика: подведение итогов учебного года. Демонстрация умений и навыков, полученных за учебный год; поощрение детей.
Промежуточная аттестация: показательное выступление перед родителями.

1.3.2. Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие «Вместе весело шагать».	1	0,5	0,5	*Вводный контроль*: диагностическая игра
2	Ровным кругом друг за другом	3	0,5	2,5	наблюдение
3	Страна «Мульти – пульти»	3	0,5	2,5	наблюдение
4	Давайте жить дружно	2	-	2	наблюдение
5	Музыкальный мир движений	4	0,5	3,5	наблюдение
6	Путешествие в сказку	1	0,5	0,5	наблюдение
7	«Посмотрите-ка на нас»	1	-	1	Показательное выступление
8	Образно-игровые композиции	2	-	2	наблюдение
9	Общеразвивающие упражнения	2	0,5	1,5	наблюдение
10	Танцевальные композиции	3	0,5	2,5	наблюдение
11	Сюжетные танцы	2	0,5	1,5	наблюдение
12	Парные танцы	2	0,5	1,5	наблюдение
13	Весёлая компания	3	-	3	наблюдение
14	Играем дружно	2	-	2	наблюдение
15	Танцевальный серпантин	4	-	4	наблюдение
16	Итоговое занятие «Дорога к знаниям!»	1	-	1	*Промежуточная аттестация*. Показательное выступление перед родителями
	Итого:	**36**	**4,5**	**31,5**	

Описание разделов/тем учебного плана

Тема 1. **Вводное занятие. Вместе весело шагать** (1).
Теория: беседа о музыкальных жанрах: плясовая, колыбельная, марш.
Практика: работа по развитию координации движений рук и ног в процессе ходьбы, по развитию ритмического слуха (чувства сильной доли), ловкости и точности движений. Вводный мониторинг: наблюдение педагога, оценка качества исполнения. Игра «Барабанщики».
Вводный контроль: диагностическая игра.

Тема 2. **Ровным кругом друг за другом** (3).
Теория: беседа о геометрических фигурах. Предложение педагога найти в зале предметы круглой формы. Объяснение значения выражения «Я порхаю, как мотылёк» (по методике «Танец – это просто»).

Практика: формирование навыков ходьбы по кругу, исполнения ритмичных подскоков, развитие чувства ритма, координации движений. Игра «Ровным кругом».
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 3. **Страна «Мульти – пульти»** (3).
Теория: беседа о любимых персонажах мультфильмов. Предложение педагога назвать любимые мультфильмы; их определить героев по характерным словам; прослушать музыкальные композиции, определить мультфильм.
Практика: исполнение знакомого детям танца «Чебурашка». Творческая работа: придумывание своих движений под другие композиции.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 4. **Давайте жить дружно!** (2).
Практика: Занятие посвящено исполнению танцевальных импровизаций, когда дети самостоятельно танцуют, вспоминая разученные движения и придумывая новые. Выбирается ведущий, который будет демонстрировать свои движения, а дети – повторять. Дети выбирают понравившегося ведущего, объясняют, почему. Задача педагога – добиваться выразительности движений, развития творческого воображения, чувства ритма.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 5. **Музыкальный мир движений** (4).
Теория: рассказ педагога о том, какими движениями можно пользоваться во время танцев. Прослушивание двух композиций, определение отличий в характере музыки.
Практика: самостоятельный подбор подходящих движений к услышанным мелодиям. Игры – превращения. Разучивание нового танца «Буги-вуги». Выполнение движений по тексту вслед за педагогом. Усложнение движений на последующих занятиях.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 6. **Путешествие в сказку** (1).
Теория: беседа о сказках. Звучит песня «А может быть, ворона», педагог приглашает детей в сказочный замок, где собрались гости из разных сказок. По музыкальным отрывкам требуется определить, кто именно.
Практика: под марш торжественным шагом парами дети отправляются на бал. По желанию дети индивидуально или подгруппами исполняют танец Красной Шапочки и других сказочных героев.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 7. **Посмотрите – ка на нас!** (1)
Практика: Обобщение изученного.
Контроль: Показательные выступления.

Тема 8. **Образно-игровые композиции** (2).
Практика: работа над умением выражать эмоции в мимике, умением выражать их словами. Инсценирование песен, исполнение сюжетных композиций на выражение радости, грусти, удивления, обиды, - разнообразных по характеру настроений. Выполнение упражнений: «Кошка обиделась», «Девочка удивляется», «Белочка», «Козочки и волк» и других, игры с мячом.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 9. **Общеразвивающие упражнения** (2).
Теория: беседа об основных частях тела, разъяснение значения общеразвивающих упражнений.
Практика: работа над развитием гибкости, пластичности движений, над формированием красивой осанки. Выполнение знакомых упражнений по типу детской аэробики.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 10. **Танцевальные композиции** (3).
Теория: прослушивание танцевальных композиций, определение их характера. Движения, которые можно выполнять под эту музыку.
Практика: работа по развитию координации, ловкости и точности движений, по развитию умения ориентироваться в пространстве. Выполнение движений вслед за педагогом.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 11. **Сюжетные танцы** (2).
Теория: педагог называет танец и предлагает прослушать музыку, затем просит детей придумать сюжет (выбирается для постановки самый интересный). Кроме того, педагог предлагает и свою версию.
Практика: педагог показывает движения под музыку, дети повторяют за педагогом. На последующих занятиях предлагаются импровизации, самые удачные из которых отмечаются.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 12. **Парные танцы** (2).
Теория: знакомство с парными танцами; отличия между контрастными по характеру танцами «Полька» и «Вальс».
Практика: повторение шага польки, показ и закрепление на последующих занятиях шага вальса и его основных движений. Выбор лучшей пары.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 13. **Весёлая компания** (3).
Практика: выразительное и эмоциональное исполнение знакомых танцевальных движений в соответствии с характером музыкальных композиций.

Самостоятельное придумывание интересных движений. Прослушивание новой музыкальной композиции, выполнение движений по тексту песни.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 14. **Играем дружно** (2).
Практика: дети вспоминают знакомые им игры. Предложение педагога поиграть в них по-новому: дети сами должны придумать новые правила игр. Игры выбираются по желанию детей. При возникновении затруднений педагог предлагает знакомую игру, напоминает её смысл, решает с детьми, что можно изменить.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 15. **Танцевальный серпантин** (4).
Практика: повторение пройденных композиций, танцев и музыкальных игр. Деление на подгруппы, исполнение знакомых танцев.
Контроль: наблюдение за правильностью выполнения движений.

Тема 16. **Итоговое занятие** (1).
Практика: подведение итогов учебного года; демонстрация полученных умений и навыков перед родителями и педагогами Центра.
Промежуточная аттестация: Показательное выступление перед родителями.

1.3.3. Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие «Я, ты, он, она….»	1	0,5	0,5	*Вводный контроль*: диагностическая игра
2	Фигурная маршировка	2	0,5	1,5	наблюдение
3	Движения - загадки	3	0,5	2,5	наблюдение
4	Ритмические упражнения	4	0,5	3,5	наблюдение
5	Веселые путешественники	4	0,5	3,5	наблюдение
6	Задания для развития танцевально – игрового творчества	2	0,5	1,5	наблюдение
7	«Посмотрите-ка на нас!»	1	-	1	Показательное выступление
8	Этюды на выражение основных эмоций	3	0,5	2,5	наблюдение
9	Общеразвивающие упражнения	3	-	3	наблюдение
10	Тематические (образные) танцы	1	0,5	0,5	наблюдение
11	Танцы мам и бабушек	1	0,5	0,5	наблюдение
12	Сюжетные танцы	2	0,5	1,5	наблюдение
13	Парные танцы	2	0,5	1,5	наблюдение
14	Играем дружно	2	0,5	1,5	наблюдение
15	Танцевальный серпантин	4	-	4	наблюдение
16	Итоговое занятие «Дорога к знаниям!»	1	-	1	*Итоговый контроль*. Показательное выступление
	Итого	**36**	**6**	**30**	

Описание разделов/тем учебного плана

Тема 1. **Вводное занятие. «Я, ты, он, она!»** (1)
Теория: беседа о музыкальных жанрах (песня, танец, марш). Работа по развитию потребности слушать музыкальные произведения. Диагностика умения узнавать музыкальные произведения.
Практика: деление на подгруппы, исполнение знакомых танцев по желанию детей. Работа по развитию потребности двигаться под музыку. Игра «Зеркало».
Вводный контроль: диагностическая игра.

Тема 2. **Фигурная маршировка** (2).
Теория: слушание музыки, определение её характера, темпа. Работа по различению 2-3-частной формы музыкальных произведений.
Практика: выполнение заданий по содержанию музыкального репертуара. Передача основных средств музыкальной выразительности с ускорением и замедлением. Игры «Ровным кругом», «Громко – тихо».

Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 3. **Движения – загадки** (3).
Теория: отгадывание детьми загадок.
Практика: изображение разгадок в движениях, выполнение движений с музыкальным сопровождением. Работа над выразительностью движений, по развитию фантазии, воображения. Игры – превращения.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 4. **Ритмические упражнения** (4).
Теория: знакомство детей со спортивным оборудованием. Беседа о назначении тренажёров, об их пользе для здоровья человека. Рассматривание степа, рассказ педагога о том, как им пользоваться. Знакомство с правилами техники безопасности при выполнении упражнений на степе.
Практика: показ педагогом нескольких упражнений на степах, закрепление их с детьми под счёт. Разучивание небольшой композиции из нескольких элементов.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 5. **Весёлые путешественники** (4).
Теория: рассматривание детьми сказочного цветка. Ответ на вопрос педагога, в какой сказке есть такой цветок, из чего он вырос. Предложение отправиться в весёлое сказочное путешествие к Дюймовочке, а также подумать, как посадить зёрнышки, чтобы выросли красивые цветы.
Практика: дети становятся в круг, педагог каждому «вкладывает» в ладоши по зёрнышку. Под мелодию «Подснежник» дети изображают, как выращивают цветок: выкапывают ямку, кладут зёрнышко, поливают, закапывают. Импровизируют, как цветок распускается. Педагог кладёт цветные кружочки, дети делятся на подгруппы по цвету кружков. В каждом цветке спит Дюймовочка. Проводится игра «Замри» под «Колыбельную». Дети танцуют в соответствии с характером, на конец музыки замирают, изображая фигурку Дюймовочки. Педагог предлагает отправиться навестить друзей Дюймовочки: послушать музыку и угадать, кто будет двигаться («Марш» - кузнечики, «Вальс» - бабочки, «Бег» - жуки. Каждая группа двигается под свою музыку. По окончании мелодии дети замирают.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 6. **Задания для развития танцевально-игрового творчества** (2).
Теория: рассказ педагога и показ движений, которыми можно пользоваться во время танцев.
Практика: слушание детьми мелодии и предложение педагога выбрать среди показанных движений наиболее подходящие к услышанной мелодии. Условие: главное – очень внимательно слушать музыку, она всегда подскажет, какое движение выбрать. Меняется мелодия – меняется движение, повторяется звучание – можно повторить и движение.

Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 7. **Посмотрите – ка на нас!** (1)
Практика: обобщение изученного.
Контроль: Показательные выступления.

Тема 8. **Этюды на выражение основных эмоций** (3).
Теория: рассказ педагога о том, как выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревогу, разнообразные настроения. Знакомство с понятием «пантомима» - языком мимики и жестов. Дополнение пантомимой танцевальных движений, помощь в передаче чувств.
Практика: показ педагогом способов выражения, привлечение к показу детей. Выполнение заданий по желанию индивидуально, а в заключение – всей группой. Этюды «Великаны и гномы», «Медведь в лесу», «Поссорились».
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 9. **Общеразвивающие упражнения** (3).
Практика: 1. Подвижная игра «Найди себе пару». Вариант: движения выполняются танцевальными шагами, шаг меняется при каждой смене мелодии. Бег в колонне парами, чередование с ходьбой. 2. Выполнение упражнений в парах с одним обручем: передача обруча вверху; передача обруча сбоку; Ванька – встанька; приседание; прыжки с продвижениями вокруг обруча; прокатывание обруча друг другу. 3. Подвижная игра «догони свою пару». Знакомый танец в парах.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 10. **Тематические (образные) танцы** (1).
Теория: слушание музыкальных произведений. Беседа с детьми об их характере и содержании. Предложение описать образы, которые возникают во время слушания, показать, какими движениями можно выразительно их передать.
Практика: показ педагогом движений под музыку; их выполнение детьми по подгруппам и всем вместе.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 11. **Танцы мам и бабушек** (1).
Теория: беседа с детьми о любимых танцах их мам и бабушек, прабабушек. Показ атрибутов, которыми пользовались во время исполнения этих танцев. Слушание отрывков музыкальных композиций, угадывание танца.
Практика: показ движений педагогом, объяснение, как их использовать. Самостоятельное придумывание детьми движений к «Кадрили», «Вальсу», «Барыне».
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 12. **Сюжетные танцы** (2).

Теория: слушание детьми песни, рассказ о содержании.
Практика: показ детьми движений, которыми можно изобразить те или иные действия. Выбор педагогом наиболее интересных движений, поощрение их авторов. Показ педагогом всего танца целиком. Разучивание танца по частям. Работа над быстротой реакции, выразительностью движений.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 13. **Парные танцы** (2).
Теория: рассказ педагога о старинных бальных танцах. Рассматривание иллюстративного материала по теме занятия. Представление себя в роскошном бальном наряде, который устно подробно описывается. Определение отличительных особенностей полонеза, сравнение его с другими парными танцами – полькой, вальсом.
Практика: освоение шага полонеза и характерных для этого танца перестроений. Выражение в позе и движениях знатных кавалеров и изящных дам. Танец – игра «Найди себе пару». Показ и разучивание движений.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 14. **Играем дружно** (2).
Теория: разговор о знакомых подвижных и музыкальных играх, об их содержании.
Практика: игры по желанию детей на развитие чувства ритма, ловкости, точности движений, быстроты реакции.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 15. **Танцевальный серпантин** (4).
Практика: повторение изученных композиций, танцев и музыкальных игр. Деление на подгруппы, исполнение знакомых танцев.
Контроль: наблюдение за правильностью исполнения движений.

Тема 16. **Итоговое занятие** (1).
Практика: демонстрация полученных умений и навыков перед родителями и педагогами Центра.
Итоговый контроль. Показательное выступление.

1.4. Планируемые результаты

По окончании освоения ДООП «Ритмические занятия» обучающиеся покажут следующие результаты обучения:

Предметные:

- Научатся выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки.
- Научатся осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом.
- Приобретут навыки здорового образа жизни.

Личностные:

- Будут обладать необходимыми двигательными качествами (ловкостью, точностью, координацией движений, гибкостью и пластичностью, выносливостью, силой) и умениями (ориентироваться в пространстве, выполнять разнообразные виды движений); будут иметь правильную осанку, красивую походку).
- Будут обладать специальными музыкальными способностями (музыкальным слухом, чувством ритма, музыкальным кругозором, музыкальной памятью); научатся проявлять познавательный интерес, умение чувствовать настроение и характер музыки.
- Будут обладать творческими способностями (потребностью самовыражения в движении под музыку, воображением и фантазией, способностью к импровизации в движении).
- «Покажут» сформированность психических процессов (восприятия, внимания, воли, памяти, мышления; умение выражать эмоции в мимике и пантомимике).

Метапредметные:

- Научатся определять цели учебной деятельности с помощью педагога.
- Научатся основам планирования действий.
- Научатся анализу, оценке результатов учебной деятельности с помощью педагога.
- Научатся восприятию и осмыслению информации для достижения поставленной цели.
- Сформируют потребность в приобретении новых знаний.
- Сформируют уважительное отношение к мнению собеседника.

Кроме того, после **1 года обучения** *будут знать*

- знакомые плясовые, маршевые мелодии, народные и детские песни, пьесы изобразительного характера;
- характер и настроение в музыке;
- значение основных понятий и терминов;
- основные средства музыкальной выразительности: темп, динамика, регистр, ритм;
- виды движений: ходьба, бег, прыжковые движения; простейшие элементы народных плясок.

Будут уметь

- выполнять общеразвивающие упражнения: на различные группы мышц и различный характер, способ движения (на плавность или пружинность движений, махи);
- выполнять имитационные движения (образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ);
- выполнять плясовые движения (простейшие элементы народных плясок, доступных по координации);
- передавать в движении характер музыки и её настроение (контрастное: весёлое – грустное; шаловливое – спокойное);
- передавать в пластике музыкальный образ, используя такие виды движений, как ходьба (бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперёд и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), на четвереньках); бег (лёгкий, ритмичный, передающий различные образы); прыжковые движения (на двух ногах на месте, с продвижением вперёд, прямой галоп, подскоки);
- находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой; испытывать интерес к самому процессу движения под музыку;
- чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать его в пластике;
- узнавать знакомые плясовые, маршевые мелодии, народные и детские песни, пьесы изобразительного характера; различать 2-3-частную формы произведения;
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – медленный); динамику (громко – тихо); регистр (высоко – низко); ритм (сильную долю как акцент, ритмическую пульсацию мелодии).

После **2 года обучения** *будут знать*
- жанр, характер музыкального произведения;
- различные оттенки настроения;
- основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр, метроритм, форму;
- значение основных понятий и терминов.

Будут уметь:
- узнавать жанр, характер музыкального произведения, выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове;
- передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- передавать темп (умеренно быстрый - умеренно медленный, быстрый); динамику (громко - тихо, умеренно громко; усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных);
- различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;

- передавать в пластике музыкальный образ, используя основные виды движений: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперёд и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном ритме и темпе, ходьба на четвереньках; бег - лёгкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»), широкий («волк»), острый («по горячему песку»);
- выполнять общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений; имитационные движения - разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние; плясовые движения - элементы народных плясок, доступных по координации; упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные);
- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;
- исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой.

После **3 года обучения** *будут знать*
- жанры музыкальных произведений;
- основные средства музыкальной выразительности;
- значение основных понятий и терминов.

Будут уметь:
- различать жанр музыкального произведения: плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.); марш, различный по характеру, - и выражать это в соответствующих движениях;
- выражать в движении характер музыки и её настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (разнообразный), ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий), метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы);
- различать 2-3-частную формы произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;
- передавать в пластике музыкальный образ, используя следующие виды движений.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год

Начало учебных занятий: 01.09.2026 г.
Конец учебного года: 31.05.2027 г.
Продолжительность учебного года: 36 недель

1 полугодие	Новогодние праздники	2 полугодие	Всего учебных недель в год
01.09.2026 - 30.12.2026	31.12 2026 - 10.01.2027	11.01.2027 - 31.05.2027	36

Нерабочими праздничными днями в течение учебного года являются:
4 ноября 2026 г. – День народного единства
31 декабря 2026 г. - 10 января 2027 г. – Новогодние праздники
22-23 февраля 2027 г. – выходные в честь Дня защитника Отечества
8 марта 2027 г. – Международный женский день
3 мая 2027 г. – выходной в честь Праздника Весны и Труда
10 мая 2027 г. – выходной в честь Дня Победы.

Количество часов в год – 36 часов
Продолжительность и периодичность занятий: 1 раза в неделю по 1 часу (30 минут).
Промежуточная аттестация: май 2027 года
Итоговый контроль: май 2027 года
Объём программы: 108 часов.
Срок освоения программы: 3 года.

2.2. Условия реализации программы

Эффективность реализации ДООП «Ритмические занятия» достигается при условии

- *создания развивающей музыкальной среды* (посредством взаимодействия детей со взрослыми, увлечёнными музыкой и танцем, понимающими их значение в жизни ребёнка, отбора высокохудожественной музыки, сопровождающей жизнедеятельность ребёнка);
– предоставления *возможности каждому ребёнку творчески реализовать себя* в любом виде ритмической деятельности в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями;
- *создания комфортных условий для развития детей* (каждая встреча с музыкой должна доставлять детям искреннюю радость и удовольствие).

Кроме того, необходимо соблюдение таких *принципов реализации программы*, как

- *принцип психологической комфортности* (создаётся образовательная среда, обеспечивающая не только снятие всех стрессообрзующих факторов, но и обеспечивающая переживание радости, чувство удовлетворения, увлечённости деятельностью);
- принцип *развивающего образования*, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребёнка;
- принцип *научной обоснованности и практической применимости* (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принцип *интеграции образовательных областей* в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

Эффективность реализации ДООП «Ритмические занятия» достигается наличием соответствующего *материально-технического обеспечения* образовательного процесса в рамках программы.

Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
	Помещение	
1	Просторное, хорошо освещённое, проветриваемое помещение, предназначенное для музыкально-ритмических занятий	1
Технические средства обучения		
1	Ноутбук	1
2	Цифровой фотоаппарат	1
3	Принтер, сканер, ксерокс	1
Спортивное оборудование		
1	Гимнастический коврик	На группу
2	Мяч	
3	Скакалка	
4	Обруч	
5	Помпоны	
6	Стулья	
7	Гимнастическая палка	

2.3. Формы аттестации/контроля

В соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего и итогового контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся МАУДО «ЦЭВД»» для отслеживания динамики освоения ДООП «Ритмические занятия» и анализа результатов образовательной деятельности разработан педагогический мониторинг, который осуществляется в течение всего учебного года и включает:

- вводный контроль (входная диагностика): проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения: *диагностическая игра*.

- текущий контроль: осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия с целью определения степени освоения обучающимися учебного материала, готовности к восприятию нового материала, повышения ответственности и заинтересованности в обучении, выявления обучающихся, отстающих и опережающих обучение. Форма проведения – *наблюдения педагога* за правильностью выполнения движений; в конце первого полугодия на новогоднем празднике предусмотрено *показательное выступление* перед родителями;

- промежуточная аттестация: проводится один раз в год (май) в форме *показательных выступлений*;

- итоговый контроль осуществляется в конце обучения по программе (май) в форме *показательных выступлений*.

Показателями успешного освоения ДООП «Ритмические занятия» являются освоение обучающимися знаний и умений, предусмотренных программой.

Критериями оценки уровня освоения программы являются:

- соответствие уровня теоретических знаний обучающихся программным требованиям;
- самостоятельность работы;
- осмысленность действий;
- соответствие практической деятельности программным требованиям;
- уровень творческой активности обучающегося;
- качество освоенных знаний.

2.4. Оценочные материалы

Диагностика музыкально-ритмических и эмоциональных способностей позволяет судить о качественном своеобразии развития каждого ребёнка и соответственно корректировать содержание занятий. Чтобы обучение носило развивающий характер, важно контролировать динамику развития не только навыков и умений, но и музыкальных и эмоциональных способностей детей. Ежегодно при проведении вводного контроля педагог с помощью диагностических игр отслеживает уровень сформированности у обучающихся качеств, на развитие которых влияют непосредственно музыкально-ритмические занятия, и выявляет степень гармонизации развития ребёнка.

Уровень их сформированности определяется по следующим **критериям**:

1. *Музыкально – ритмические процессы*:

- музыкально – ритмические навыки;
- музыкально – ритмическая координация;
- подвижность (лабильность) нервных процессов.

2. *Музыкально – двигательные процессы*:

Двигательные умения и навыки:

- пластичность, гибкость;
- координация движений;
- двигательная память.

3. *Психоэмоциональные процессы*:

- эмоциональность;

- творческие проявления.

Критерии оцениваются по **уровням**:

- низкий уровень - развитие качества или навыка только начинается;
- средний уровень - качество или навык находится в развитии;
- высокий уровень - можно говорить о хорошем развитии для данного возраста качества или навыка.

Критерии	**Репродуктивный уровень, критерии**		
	Высокий	**Средний**	**Низкий**
1. *Музыкально-ритмические процессы* (по методике А.И. Бурениной)			
Музыкально – ритмические навыки: развитие музыкального вкуса, формирование музыкальности, эмоциональной отзывчивости; способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности	Передаёт характер мелодии, движения выражает музыкальный образ и совпадает с тонкой нюансировкой, фразами	Передаёт только общий характер, темп и метроритм	Не отражает характер музыки и не совпадает с темпом, ритмом, с началом и концом произведения
Музыкально – ритмическая координация: умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку, изменять движения в соответствии с фразами; способность чувствовать эмоциональную выразительность музыкального ритма и точно воспроизводить его; соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога); темп, ритм, динамика	Точность движений под музыку; вступление, начало музыкальной фразы, координация рук и ног при выполнении танцевальных движений и ритмических упражнений соответствует темпу и ритму; самостоятельно начинают и заканчивают движение вместе с музыкой, меняют движения на каждую часть музыки	В движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда	Движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счёт и показ педагога
Подвижность нервных процессов: проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки; запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность, ускорение	Соответствие возрастной категории обучающихся; исполнение упражнений, движений под музыку, умение	Испытывает некоторые затруднения в исполнении упражнений, движений под музыку, умении подчинять	Движения (переход от одного движения к последующему) без чёткой законченности предыдущего; перескакивание,

движений, переход от одного движения к последующему без чёткой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость	подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д.	движения темпу и т.д.	торопливость отмечаются как повышенная возбудимость или заторможенность в зависимости от степени выраженности данного качества
2. *Музыкально-двигательные процессы* (по методике Т. Барышниковой тест определения двигательных функций)			
Двигательные умения и навыки: согласованность движений звеньев тела в пространстве и во времени: точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях; правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, а также и в других общеразвивающих видах движений	Правильное и точное исполнение ритмических композиций	Испытывает некоторые затруднения в исполнении ритмических композиций	Испытывает сложности в исполнении ритмических композиций
Координация движений: *нервная* (чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п., закреплённое в памяти); *мышечная* (групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела при ходьбе, беге и других движениях); *двигательная* (процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени, одновременное и последовательное)	Движения всех звеньев тела согласованы как в пространстве, так и во времени - одновременное и последовательное	Движения всех звеньев тела ещё требуют согласования как в пространстве, так и во времени - одновременное и последовательное	Движения всех звеньев тела не согласованы как в пространстве, так и во времени - одновременное и последовательное
Двигательная память: согласованность движений звеньев тела в пространстве и во времени: точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях;	Правильное и точное исполнение ритмических композиций	Испытывает некоторые затруднения в исполнении ритмических композиций	Испытывает сложности в исполнении ритмических композиций

правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, и в др. общеразвивающих видах движений			
Гибкость, пластичность: *Гибкость* тела определяется величиной прогиба назад и вперёд и зависит от подвижности суставов, главным образом тазобедренного, гибкости позвоночного столба, состояния мышц, правильности прогиба в области верхних грудных и нижних поясничных позвонков. *Пластичность* определяется мягкостью, плавностью и музыкальностью движений рук, подвижностью суставов, гибкостью позвоночника	Корпус свободно наклоняется вперёд и назад; не испытывает затруднений в выполнении тестовых упражнений	Корпус наклоняется вперёд и назад, испытывая затруднения в выполнении тестовых упражнений	Корпус с усилием наклоняется вперёд и назад в выполнении тестовых упражнений
3. *Психоэмоциональные процессы* (по методике А.И. Бурениной)			
Музыкально - ритмические процессы имеют не только моторную, но и эмоциональную природу (содержание музыки эмоционально). Ритм - одно из выразительных средств музыки, с помощью которого передаётся содержание. Поэтому чувство ритма, как и ладовое чувство, составляет основу эмоциональной отзывчивости на музыку			
Эмоциональность: умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, восторг и т.д.). У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям.	Умеет выразительно передавать, выражать различные эмоции, разнообразные по характеру настроения. Движения в танцевальных композициях выразительны, передают чувства и характер танца	Испытывает некоторые затруднения в передаче образа, характера, эмоций	Движения невыразительны, эмоции и характер передаются с трудом
Творческие проявления: умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных движений, придумывать собственные, оригинальные «па» в зависимости от возраста и обученности. Творческая одарённость проявляется в особой выразительности	Способен ярко выразить своё восприятие и понимание музыки, движения танца. Степень выразительности, оригинальности - нестандартно	Выражает неуверенно своё восприятие и понимание музыки, движений танца. Степень выразительности, оригинальности - стандартно	Творческие способности слабо выражены, требуется помощь педагога

движений, нестандартности пластических средств и увлечённости самим процессом движения под музыку.			

2.5. Методические материалы
Методика мониторинга освоения ДООП «Ритмические занятия»

Результатом обучения в МАУДО «Центр эстетического воспитания детей» является сформированность знаний и умений ребёнка в избранном виде деятельности, его развитие. В ЦЭВД традиционно выделяются три уровня обученности, обучаемости (способности к усвоению программного материала и творческие способности) обучающихся: высокий, средний, низкий.

Определение уровня обученности
1 год обучения

Критерии оценки	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Теоретические знания: - знакомые плясовые, маршевые мелодии, народные и детские песни, пьесы изобразительного характера; характер и настроение в музыке; значение основных понятий и терминов; - основные средства музыкальной выразительности: темп, динамика, регистр, ритм; - виды движений: ходьба, бег, прыжковые движения; простейшие элементы народных плясок.	Хорошее владение теоретическими знаниями	Достаточное владение теоретическими знаниями	Слабое владение теоретическими знаниями
Практические умения и навыки: - узнавать знакомые плясовые, маршевые мелодии, народные и детские песни, пьесы изобразительного характера; различать 2 – 3-частную формы произведения; - передавать в движении характер музыки и её настроение (контрастное: весёлое – грустное; шаловливое – спокойное); - передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – медленный); динамику (громко – тихо); регистр (высоко – низко); ритм (сильную долю как ак-	Отличное знание плясовых, маршевых, детских мелодий. Способность свободно, раскрепощённо передать в движении характер и темп музыки. Уверенная ориентировка в пространстве. Отличное исполнение упражнений.	Достаточно уверенное знание плясовых, маршевых, детских мелодий. Способность передать в движении характер и темп музыки. Свободная ориентировка в пространстве. Хорошее исполнение упраж-	Неуверенное знание детских мелодий. Слабая способность передать темп и характер музыки. Неумение сориентироваться в пространстве. Выполнение упражнений с большим количеством

цент, ритмическую пульсацию мелодии); - передавать в пластике музыкальный образ, используя такие виды движений, как ходьба (бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперёд и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), на четвереньках); бег (лёгкий, ритмичный, передающий различный образ); прыжковые движения (на двух ногах на месте, с продвижением вперёд, прямой галоп, подскоки); - выполнять общеразвивающие упражнения: на различные группы мышц и различный характер, способ движения (на плавность или пружинность движений, махи); имитационные движения (образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ); плясовые движения (простейшие элементы народных плясок, доступных по координации); - находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом; - начинать и заканчивать движение вместе с музыкой; испытывать интерес к самому процессу движения под музыку - чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать его в пластике.		нений.	ошибок

2 год обучения

Критерии оценки	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Теоретические знания: жанр, характер музыкального произведения; различные оттенки настроения; - основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр, метроритм, форму; - значение основных понятий и терминов.	Хорошее владение теоретическими знаниями	Достаточное владение теоретическими знаниями	Слабое владение теоретическими знаниями
Практические умения и навыки: - узнавать жанр, характер музыкаль-	Способность	Способность	Слабая спо-

ного произведения, выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове; - передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения; - передавать темп (умеренно быстрый — умеренно медленный, быстрый); динамику (громко – тихо, умеренно громко; усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); - различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями; - передавать в пластике музыкальный образ, используя основные виды движений: ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперёд и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном ритме и темпе, ходьба на четвереньках; бег - лёгкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»), широкий («волк»), острый («по горячему песку»)); - выполнять общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений; имитационные движения — разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние; плясовые движения - элементы народных плясок, доступных по координации; упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные); - самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в не-	свободно, раскрепощенно передать в движении характер и темп музыки. Уверенная ориентировка в пространстве. Отличное исполнение упражнений. Самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.	передать в движении характер и темп музыки. Свободная ориентировка в пространстве. Хорошее исполнение упражнений. С помощью педагога начинать и заканчивать движение вместе с музыкой	собность передать темп и характер музыки. Неумение сориентироваться в пространстве. Выполнение упражнений с большим количеством ошибок. Неуверенное исполнение движения с музыкой.

сколько кругов; - исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку; - самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой.			

3 год обучения

Критерии оценки	**Высокий уровень**	**Средний уровень**	**Низкий уровень**
Теоретические знания: - жанры музыкальных произведений; - основные средства музыкальной выразительности; - значение основных понятий и терминов.	Хорошее владение теоретическими знаниями	Достаточное владение теоретическими знаниями	Слабое владение теоретическими знаниями
Практические умения и навыки: - различать жанр музыкального произведения: плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.); марш, различный по характеру, - и выражать это в соответствующих движениях; - выражать в движении характер музыки и её настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании; - передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (разнообразный), ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий), метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); - различать 2 – 3-частную формы произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо; - передавать в пластике музыкальный образ, используя следующие виды движений: Основные: - ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом «с каблучка», вперёд и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий	Способность свободно, раскрепощенно передать в движении характер и темп музыки. Уверенная ориентировка в пространстве. Отличное исполнение упражнений. Самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.	Способность передать в движении характер и темп музыки. Свободная ориентировка в пространстве. Хорошее исполнение упражнений. С помощью педагога начинать и заканчивать движение вместе с музыкой	Слабая способность передать темп и характер музыки. Неумение сориентироваться в пространстве. Выполнение упражнений с большим количеством ошибок. Неуверенное исполнение движения с музыкой.

шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным шагом», с ускорением и замедлением; - бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег; - прыжковые движения – на одной, на двух ногах, на месте и с различными вариациями, с продвижением вперёд; различные виды галопа (прямой, боковой галопы); подскок лёгкий и сильный и др.; - общеразвивающие упражнения — на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног; - имитационные движения — различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или лёгкости разной среды — «в воде», «в воздухе» и т.д.); - плясовые движения — элементы народных плясок и детского бального танца, - доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др. - самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.). - сочинять несложные плясовые дви-			

жения и их комбинации; - исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ.			

Определение уровня обучаемости
1 год обучения

Критерии оценки	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Способность к усвоению программного материала	Успешное усвоение программного материала с применением полученных знаний на практике, способность работать самостоятельно	Усвоение программного материала в норме, применение полученных знаний на практике	Слабое усвоение программного материала, неумение применить полученные знания на практике
Творческие способности: - интерес к самому процессу движения под музыку - выразительность движений - умение передавать в пластике характер музыки - игровой образ. - разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме	Умение раскрепощённо передавать характер музыки с помощью различных движений. Исполнение разнообразных движений, комбинаций собственного сочинения.	Способность передать характер музыки при помощи нескольких движений, исполнить комбинацию по показу педагога.	Отсутствие способности передать характер музыки и исполнить движение по показу педагога.

2 год обучения

Критерии оценки	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Способность к усвоению программного материала	Успешное усвоение программного материала с применением полученных знаний на практике, способность работать самостоятельно	Усвоение программного материала в норме, применение полученных знаний на практике	Слабое усвоение программного материала, неумение применить полученные знания на практике
Творческие способности: - выразительность и непосредственность движений под музыку. - умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. - способность к запоминанию и самостоятельному испол-	Умение раскрепощённо передавать характер музыки с помощью различных движений. Исполнение разнообразных движений, комбинаций собственного сочинения.	Способность передать характер музыки при помощи нескольких движений, исполнить комбинацию по показу педагога.	Отсутствие способности передать характер музыки и исполнить движение по показу педагога.

нению композиций - использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.			

3 год обучения

Критерии оценки	**Высокий уровень**	**Средний уровень**	**Низкий уровень**
Способность к усвоению программного материала	Успешное усвоение программного материала с применением полученных знаний на практике, способность работать самостоятельно	Усвоение программного материала в норме, применение полученных знаний на практике	Слабое усвоение программного материала, неумение применить полученные знания на практике
Творческие способности: - выразительность исполнения движений под музыку; - умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности; - освоение большого объёма разнообразных композиций и отдельных видов движений; - умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми; - способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений; - точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.	Умение раскрепощённо передавать характер музыки с помощью различных движений. Исполнение разнообразных движений, комбинаций собственного сочинения	Способность передать характер музыки при помощи нескольких движений, исполнить комбинацию по показу педагога.	Отсутствие способности передать характер музыки и исполнить движение по показу педагога.

Результативность обучения определяется по схеме:

1. Определяется уровень обученности, обучаемости и нравственного развития по всем вышеперечисленным критериям.

Высокий уровень соответствует 3 баллам;

средний уровень – 2 баллам;

низкий уровень – 1 баллу.

2. Определяется средний балл уровня обученности, обучаемости и нравственного развития путём сложения баллов по всем критериям и деления на количество критериев.

3. Соответствие среднего балла уровням:
Низкий – от 1 до 1,66;
Средний – от 1,67 до 2,33;
Высокий – от 2,33 до 3.

Педагогические технологии

Для реализации программы «Ритмические занятия» применяются следующие образовательные технологии:

I. По подходу к ребёнку:

- личностно ориентированные (ставят в центр образовательной системы личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий её развития, реализации её природных потенциалов, т.е. имеют целью свободное и творческое развитие ребёнка);

- гуманно-личностные технологии (отличаются гуманистической сущностью, психотерапевтической направленностью на поддержку личности, исповедуют идеи всестороннего уважения и любви к ребёнку, оптимистическую веру в его творческие силы, отвергая принуждение).

II. По преобладающему (доминирующему) методу:

- побуждающие репродуктивные

Деятельность педагога: организует и побуждает работу учащихся в целях формирования умений и навыков (объяснение, показ приёмов работы, инструктаж).

Деятельность учащихся: неоднократное воспроизведение сообщенных знаний (упражнение, практическая работа);

- игровые технологии - учащиеся воссоздают и усваивают знания, овладевают умениями и навыками в соответствии с поставленной целью посредством игровой деятельности (педагогические игры, игровые приёмы и ситуации).

III. По организационным формам:

- групповые технологии – предполагают фронтальную работу, групповую (одно задание на разные группы), межгрупповую (группы выполняют разные задания в рамках общей цели).

IV. По категории обучающихся:

- массовая технология – рассчитана на усреднённого ученика.

Алгоритм учебного занятия

Главная методическая цель учебного занятия при системном обучении – создание условий для проявления творческой, познавательной активности обучающихся. На занятиях решается одновременно несколько задач: повторение пройденного материала, объяснение нового материала, закрепление полученных знаний и умений. Решение этих задач направлено на развитие творческих способностей обучающихся.

Структура занятия

Структура занятия в рамках ДООП «Ритмические занятия» определяется чередованием разных видов деятельности детей, сменой методических приёмов и

дидактических средств. Все части занятия достаточно самостоятельны, равнозначны и вместе с тем связаны друг с другом.

Музыкально-ритмическое занятие для дошкольников включает в себя

1. Ритмическую разминку.
2. Упражнения на активизацию внимания, памяти и воображения.
3. Упражнения, регулирующие мышечный тонус.
4. Этюд для развития выразительности мимики.
5. Упражнения для развития речевых и мимических движений.
6. Релаксационные упражнения под музыку.

2.6. Воспитательный компонент

Основная цель воспитательной системы МАУДО «ЦЭВД» – *создание максимально благоприятных условий для художественно-эстетической и творческой деятельности, направленной на самовыражение, самореализацию и социальную адаптацию личности ребёнка, приобщение к здоровому и духовно богатому образу жизни*.

Воспитание в Центре – это процесс совместной выработки ценностей, норм, задач социальной деятельности через сотрудничество и сотворчество поколений.

Поэтому **главная воспитательная задача** – *поддержка обучающихся в определении интересов, помощь в осознании своих возможностей, в раскрытии и обогащении творческого потенциала, в самореализации*.

Кроме того, достижение цели подразумевает реализацию следующих **задач**:

- развитие интеллектуальных задатков и познавательных возможностей обучающихся; расширение кругозора и повышение общего культурного уровня детей (интеллектуальное воспитание);
- привитие любви к различным видам искусства, воспитание лучших качеств личности через приобщение к миру прекрасного (художественно-эстетическое, духовное воспитание);
- повышение уровня воспитанности детей путём реализации новых программ воспитательной направленности, нацеленных на формирование нравственно-этических норм, патриотических чувств, пропаганду здорового образа жизни (нравственное, патриотическое, этнокультурное, физическое воспитание);
- укрепление взаимодействия Центра с семьями обучающихся; оказание помощи семье в решении воспитательных проблем (интеграция семейного и внешкольного воспитания); вовлечение всех субъектов (педагоги, дети, родители) образовательного процесса в процесс воспитательный;
- расширение и укрепление взаимодействия с социальными партнёрами Центра по поиску новых и закреплению оправдавших себя форм воспитательной деятельности.

Основные формы воспитания, применяемые при реализации ДООП «Ритмические занятия»: беседа, учебные занятия, участие в праздниках и совместных с родителями мероприятиях.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются следующие **методы воспитания**:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение),
- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);
- метод упражнений (приучения);
- методы одобрения и осуждения поведения детей;
- педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего школьного возраста);
- стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);
- метод переключения в деятельности;
- методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании;
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания:

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности дошкольной студии развивающего обучения «Солнышко» на базе реализации программы в МАУДО «ЦЭВД» в соответствии с нормами и правилами работы учреждения.

Анализ результатов воспитания осуществляется в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогу, к выполнению своих заданий в рамках ДООП «Ритмические занятия».

План мероприятий по воспитательной работе для дошкольников МАУДО «Центр эстетического воспитания детей»

№	Наименование мероприятия по программе воспитания МАУДО «ЦЭВД»	Дата проведения	Форма проведения мероприятия	Практический результат
1	Праздник открытия творческого сезона Центра «На златом крыльце сидели…»	сентябрь	праздник	привлечение новых обучающихся в коллективы Центра
2	Интерактивная игра по правилам дорожного движения	сентябрь	игра	закрепление правил дорожного движения
3	Игра по правилам пожарной безопасности	сентябрь	игра	закрепление знаний по пожарной безопасности
4	Беседа «Этот удивительный мульти-мир», посвящённая Международному дню анимации	октябрь	беседа	приобретение новых знаний
5	Концерт, посвящённый Дню матери	ноябрь	концерт	Приобщение к традиционным российским духовно-нравственным и культурно-
6	Новогодний праздник для обучающихся ЦЭВД	декабрь	праздник	
7	Народный праздник	февраль	народный	

	«Масленица»		праздник	историческим ценностям
8	«Академия творчества»: праздник закрытия творческого сезона	май	праздник	воспитание чувства гордости за достигнутые успехи
9	Посещение выставочной площадки ЦЭВД	в течение года	экскурсия	воспитание умения видеть и ценить красивое

2.7. Список литературы

Литература для педагога

1. Буренина, А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей [Электронный ресурс] / Учеб. пособие. — СПб.: Музыкальная палитра, 2004. — Режим доступа: https://www.studmed.ru/burenina-ai-kommunikativnye-tancy-igry-dlya-detey_969bda36843.html

2. Затямина, Т. А., Стрепетова, Л. В. Музыкальная ритмика. Учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова. – М.: Планета, 2013. – Режим доступа: http://shop.armada.ru/books/339406/

3. Суворова, Т. И. Танцевальная ритмика для детей (выпуск 2) [Электронный ресурс] / СПб.: Музыкальная палитра, 2005. – Режим доступа: https://www.studmed.ru/suvorova-ti-tancevalnaya-ritmika-dlya-detey-vypusk-2_2576331cfa9.html

Список сайтов для педагога

1. https://fizinstruktor.ru/%D0%BE%D1%80%D1%83-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9-%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%88%D0%B5%D0%B9-%D0%B3%D1%80%D1%83%D0%BF%D0%BF%D1%8B-5-6-%D0%BB%D0%B5%D1%82/ - музыкально-ритмические упражнения и игры

Литература для обучающихся и родителей

1. Латохина, Л., Андрус, Т. Творим здоровье души и тела. – СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.
2. Ефименко, Н. Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста, 2005. – 64 с.
3. Михайлова, М. А., Воронина, Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
4. Суворова, Т. И. Танцуй, малыш! – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.

5. Судзуки, Синити. Взращённые с любовью: классический подход к воспитанию талантов. – М.: Попурри, 2005.

Список сайтов для обучающихся и родителей

1. https://www.maam.ru/obrazovanie/ritmika-i-ritmoplastika - здесь можно найти готовые картотеки упражнений, сценарии ритмических игр и конспекты занятий для детей от 3 до 7 лет.
2. http://www.solnet.ee/- развлекательно-познавательный сайт для родителей. Содержит текстовые описания простых подвижных игр под музыку, инсценировок песенок и логоритмических попевок для самых маленьких.
3. https://vk.ru/game_dance- популярное профильное сообщество для активных родителей. Публикует музыкальные подборки, видео танцевальных разминок и разборы движений с предметами.
4. https://deti-online.com/pesni/veselye-detskie-pesni/- весёлые детские песни.