

Управление образования администрации
Ростовского муниципального района
муниципальное образовательное учреждение
Центр дополнительного образования детей
имени Н.М. Тарарушкина

РАССМОТРЕНО
методическим советом
протокол № 1 от 30 сентября 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОУ ЦДОД
имени Н.М. Тарарушкина
С.А.Куликова

«Движение и музыка»

модифицированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа по хореографии
(для детей 5-7 лет)

Срок реализации – 2 года

Составитель:
Курляндская О.В.,
педагог дополнительного образования

Ростов, 2005 г.
(переработана в 2025 г.)

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	5
УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	
Учебно-тематический план первого года обучения.....	10
Учебно-тематический план второго года обучения	11
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	
Содержание первого года обучения.....	12
Содержание второго года обучения.....	15
МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	17
МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	22
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	25
ПРИЛОЖЕНИЕ	

ВВЕДЕНИЕ

«Ритм не ограничен, и потому возможности его физического осуществления неисчислимы». Э.Ж. Далькроз.

Ритмика - музыкально - педагогическая дисциплина, в основе которой лежат идеи выдающегося швейцарского музыканта - педагога, композитора, пианиста и дирижера, профессора Женевской Консерватории Эмиля Жака Далькроза, получившая широкое распространение в начале XX века.

Далькроз наблюдая, за тем, что некоторые ученики, обладая хорошим музыкальным слухом, страдают неритмичностью, стал искать новые пути в музыкальной педагогике, чтобы эффективнее развивать чувство ритма. Понимая, что ритм музыки теснейшим образом связан с моторикой мышечной реактивностью человека, Далькроз попытался перевести музыкальный ритм в движение человеческого тела. Работа над созданием и оформлением метода ритмического воспитания относится к 1900-1912 годам; складывающаяся система быстро приобрела популярность во всем мире.

Ритмические упражнения, разработанные Далькрозом, постепенно усложнялись, оказывая влияние на весь психофизиологический облик человека, создавали правильные моторные привычки, укрепляли память, устойчивость, сосредоточенность и распределение внимания, стимулировали творческую фантазию. Нервная система, как и мускулатура, поддаются развитию, поэтому человек владеющий чувством ритма, будет лучше играть, петь, танцевать.

Воспитывая ритмичность посредством музыки и движения, Далькроз заметил, что его занятия положительно влияют на самочувствие, настроение учеников, исправляют недостатки физического и психического характера. В нашей стране система Далькроза приобрела популярность в начале XX века. Отечественные ритмисты, творчески развивая, обогащая основные положения нового музыкально - педагогического метода, подняли ритмику

на качественно новую ступень, была усилена художественная основа ритмических занятий за счет привлечения высоко эстетических образов классической, народной и современной музыки.

Были разработаны специальные программы по музыкально - ритмическому воспитанию для детских садов, общеобразовательных и музыкальных школ, педагогических училищ, вузов. Таким образом, ритмика охватила людей разных возрастов и различной степени музыкальной и двигательной подготовки. Каждое направление ритмики имеет свою специфику и в то же время их объединяет единая цель - активизация. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления, - вот основной девиз любого ритмического занятия.

К занятиям ритмикой рекомендуется приступать с самого раннего возраста. Дети подвижны, они ярче и эмоциональнее воспринимают музыку через движения, она побуждает у них светлые и радостные чувства. Ребенок получает удовлетворение от свободных и легких движений, от сочетания музыки с пластикой тела, у него повышается жизненный тонус.

На занятиях у него развивается чувство ритма, музыкальный слух и вкус, вырабатывается умение правильно и красиво двигаться, укрепляются различные группы мышц.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность. В основе ритмики лежит музыка, ее восприятие и эмоциональный отклик. Поэтому основным принципом ритмики является закон от музыки - к движению. Движение используется как средство более глубокого проникновения и понимания музыкального искусства.

Известный советский психолог Б.М. Теплов, проводивший обширные исследования психологии музыкальных способностей, утверждал: «Едва ли на первых этапах музыкального обучения можно найти другой, более прямой и целесообразный путь развития музыкально - ритмического чувства, чем

ритмика, понимаемая как передача ритма музыки в простых и легко доступных детям движениях».

Самыми доступными движениями для детей являются естественные, или основные движения: различные виды ходьбы, бега, подскоков, прыжков, пружинные движения ног. При помощи этих несложных движений легко усваиваются на первых порах представления о ритмике как предмете музыкального цикла, тесно взаимосвязанного с музыкой. Занятия ритмикой помогают усвоить основные музыкально - теоретические понятия, развивают музыкальный слух и память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки.

Данная программа по ритмике имеет *художественную направленность* и направлена на: создание условий для развития личности ребенка, обеспечение эмоционального благополучия, укрепление психического и физического здоровья, развитие мотивации личности к познанию и творчеству, взаимодействие педагога дополнительного образования с родителями.

Дополнительная программа имеет вариативный характер. Вариативность заключается в форме, методах, организации образовательной деятельности, в содержании учебного плана в зависимости от потребности образовательного процесса.

В основу данной дополнительной программы положены типовые образовательные программы по ритмике и личный опыт педагога. Программа апробировалась в детской хореографической студии «Улыбка» в течение 5 лет.

Программа составлена в соответствии с Законом «Об образовании», Уставом МОУ ДОД ЦБР, Типовым положением об учреждении дополнительного образования детей.

Цель данной программы: содействовать формированию и развитию музыкально - ритмических способностей детей.

Задачи:

Учебные:

- формировать систему знаний, умений и навыков по ритмике;
- знать основные позиции и положение рук, ног, головы в танце;
- уметь скоординировать движения рук и ног;
- уметь передавать характер и настроение музыки.

Развивающие:

- развивать специальные способности детей;
- развивать интерес детей к ритмике;
- развивать музыкальный слух, чувство ритма;
- вырабатывать легкость движений, пластичность, выразительность;
- развивать художественно - творческие способности воспитанников;
- развивать воображение, самостоятельность.

Воспитательные:

- создавать условия нравственного развития личности;
- содействовать процессу саморазвития личности;
- создавать условия для формирования детского коллектива;
- воспитывать в ребенке дисциплину, настойчивость, работоспособность, ответственность и аккуратность.

При записи в студию ребенок предоставляет справку о состоянии здоровья. Занятия по ритмике рассчитаны на два года обучения для детей 5 - 8 лет.

Группа первого года обучения формируется из 15 детей. Занятия проводятся два раза в неделю, и длятся 2 учебных часа (144 ч.) и один раз в неделю по 2 учебных часа (72 ч.).

Группы второго года обучения формируются из 12 -15 детей. Занятия проводятся один раз в неделю, и длится 1 учебный час (36 ч.) и один раз в неделю, и длится 2 учебных часа (72 ч.) и три раза в неделю по 2 часа (216 ч.).

После двух лет обучения дети переходят в основной состав

коллектива.

Основные этапы музыкально - ритмического развития.

1 этап

- формирование интереса к музыкально - ритмическим знаниям;
- начальное обучение элементам музыкально - ритмического развития;

- воспитание общих физических качеств.

2 этап

- воспитание физических и танцевальных качеств, необходимых на занятиях ритмикой;

- основное обучение элементам музыкально - ритмического развития.

Основное внимание на занятиях ритмики уделяется музыкально - ритмическому развитию, укреплению опорно-двигательной системы. Занятия построены таким образом, чтобы активные движения чередовались с ходьбой и упражнениями, успокаивающими дыхание. Нельзя перегружать детей бегом или подскоками, так как это может привести к чрезмерным психо - эмоциональным и сердечно - сосудистым перегрузкам. Следует учитывать так же индивидуальные возможности ребенка.

Система мониторинга

Объект мониторинга является процесс развития музыкально - ритмических способностей.

Предмет мониторинга - образовательный результат.

Параметр - музыкально - ритмические способности.

Критерии и показатели:

владение танцевальными умениями и навыками;

чистота исполнения танцев;

- ощущение чувства ритма;

- выразительность исполнения танцев;

- эмоциональная отзывчивость на исполняемый танец.

Прогнозируемые результаты

Цели	Ожидаемые результаты	Методы и методики диагностики
<i>Год обучения</i>	<i>Знания</i>	<i>Умения, навыки</i>
Первый год обучения	- знать и выполнять упражнения для развития выразительности жестов; - знать положение рук и ног в русском танце;	- уметь определять характер музыки; - уметь сохранять темп, различать динамические оттенки и уметь передать эти средства музыкальной выразительности в движении; - уметь исполнить движения в русском характере;
Второй год обучения	- знать строение музыкальной речи;	- уметь исполнить упражнение на счет 2/4,3/4,4/4; - правильно и четко прохлопывать ритмический рисунок музыкального произведения; - уметь скоординировать движения рук и ног;
Формирование системы знаний, умений и навыков по ритмике	Освоение системы знаний по ритмике. Приобретение практических навыков.	Наблюдение, концерты, фиксация детских достижений и освоения детьми программы (дневник оценки результатов), открытые занятия, индивидуальные карточки
Развивать интересы детей, а также общие и специальные способности	Устойчивость интереса детей к преподаваемому предмету.	Индивидуальные беседы, показательные выступления,

	Продолжительность пребывания ребенка в коллективе. Наличие творческих достижений (индивидуальных и коллективных). Активность воспитанников в образовательном процессе. Успешность в освоении образовательной программе.	статистический учет сохранности контингента по годам обучения, сравнительный анализ результатов начальной и итоговой диагностики параметров развития, методика «Репка»
Создавать условия для формирования детского коллектива как средства развития личности.	Сформированность детского коллектива (благоприятный психологический микроклимат, сплоченность коллектива)	Методика «Психологическая атмосфера в коллективе», методика определения лидера, методика «Наши отношения»
Развивать эмоционально -волевою сферу	Сформированность волевой регуляции поведения деятельности: - настойчивость, - самоконтроль, - эмоциональная уравновешенность	Беседы с детьми, наблюдение, тестирование

Календарный учебный график

Начало уч.года	Окончание уч. года	Количество уч. недель	Количество часов в год	Продолжительность занятий	Режим занятий
1 год обучения					
01.09.25 г.	31.05.26 г.	36	72 уч. часа	2 академ. часа	1 раз в неделю по 2 часа
01.09.25 г.	31.05.26 г.	36	144 уч. часа	2 академ. час	2 раза в неделю по 2 часа
2 год обучения (1-ая и 2-ая группы)					
01.09.25 г.	31.05.26 г.	36	36 уч. часа	1 академ. час	1 раз в неделю по 1 часу

01.09.25 г.	31.05.26 г.	36	72 уч. часа	2 академ. часа	1 раз в неделю по 2 часа
01.09.25 г.	31.05.26 г.	36	216 уч. часов	2 академ. часа	3 раза в неделю по 2 часа

Программа также включает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- открытое занятие;
- итоговое занятие.

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (индивидуальные и коллективные)

Формы подведения итогов: открытое занятие, зачёт, концерт, конкурс, творческий отчёт, результаты промежуточной и итоговой аттестации.

II. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Учебно-тематический план первого года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Музыкально - ритмические упражнения	12	28	40
2.1	Определение характера музыки	4	8	12
2.2	Темп	4	8	12
2.3	Динамические оттенки	4	8	12
2.4	<i>Итоговое занятие</i>	-	4	4
3.	Основы актерского мастерства	12	24	36
3.1	<i>Вводное занятие</i>	4	-	4
3.2	Эмоциональная выразительность	4	8	12
3.3	Жесты	4	12	16
3.4	<i>Итоговое занятие</i>	-	4	4
4.	Музыкальные игры	1	2	3

5.	Элементы народного танца	12	44	56
5.1	<i>Вводное занятие</i>	4	-	4
5.2	Танцевальные шаги.	4	16	20
5.3	Выведение ноги на носок, на пятку.	-	4	4
5.4	Маленькое и большое приседание по VI позиции	-	4	4
5.5	Русский танец.	4	16	20
5.6	<i>Итоговое занятие</i>	-	4	4
Итого:		38	106	144

Учебно-тематический план первого года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Музыкально - ритмические упражнения	6	12	18
2.1	Определение характера музыки	3	4	7
2.2	Темп	2	4	6
2.3	Динамические оттенки	1	3	4
2.4	<i>Итоговое занятие</i>	-	1	1
3.	Основы актерского мастерства	4	4	8
3.1	<i>Вводное занятие</i>	1	-	1
3.2	Эмоциональная выразительность	2	2	4
3.3	Жесты	1	1	2
3.4	<i>Итоговое занятие</i>	-	1	1
4.	Элементы ритмической гимнастики на полу	5	15	20
4.1	<i>Вводное занятие</i>	1	1	2
4.2	Упражнение на развитие мышц стопы	1,5	4	5,5
4.3	Упражнение на развитие коленного, тазобедренного, голеностопного суставов, развитие плечевого сустава.	1,5	4	5,5
4.4	Перегибы корпуса	1	4	5
4.5	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
5.	Музыкальные игры	2	3	5

6.	Элементы народного танца	2	8	10
6.1	<i>Вводное занятие</i>	1	1	2
6.2	Танцевальные шаги.	1	2	3
6.3	Выведение ноги на носок, на пятку.	-	2	2
6.4	Маленькое и большое приседание по VI позиции	-	1	1
6.5	Русский танец.	-	1	1
6.6	<i>Итоговое занятие</i>	-	1	1
7.	Детские танцы	2	8	10
Итого:		22	50	72

*Учебно - тематический план второго года обучения
(36 учебных часа)*

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Музыкально - ритмические упражнения	3	7	10
2.1	Строение музыкальной речи	1	2	3
2.2	Метроритм	1	2	3
2.3	Ритмический рисунок	1	2	3
2.4	<i>Итоговое занятие</i>	-	1	1
3	Основы актерского мастерства	2	7	9
3.1	Музыкально - танцевальные упражнения	1	3	4
3.2	Этюды на образное перевоплощение	1	3	4
3.3	<i>Итоговое занятие</i>	-	1	1
4	Музыкальные игры	1	2	3
5	Элементы народного танца	2	8	10
5.1	Танцевальные шаги Движения	1	3	4
5.2	русского танца	1	4	5
5.3	<i>Итоговое занятие</i>	-	1	1
7	Детские танцы	1	2	3
Итого:		10	26	36

*Учебно - тематический план второго года обучения
(72 учебных часа)*

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Музыкально - ритмические упражнения	3	12	15
2.1	Строение музыкальной речи	1	4	5
2.2	Метроритм	1	4	5
2.3	Ритмический рисунок	1	2	3
2.4	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
3	Основы актерского мастерства	4	4	8
3.1	Музыкально - танцевальные упражнения	2	2	4
3.2	Этюды на образное перевоплощение	1	1	2
3.3	<i>Итоговое занятие</i>	1	1	2
4	Элементы ритмической гимнастики на полу	5	15	20
4.1	Перегибы корпуса	2	3	5
4.2	Упражнения для развития танцевального шага и выворотности ног	1	5	6
4.3	Упражнения для укрепления мышц живота и брюшного пресса	1	5	6
4.4	<i>Итоговое занятие</i>	1	2	3
5	Музыкальные игры	1	2	3
6	Элементы народного танца	2	6	8
6.1	Танцевальные шаги Движения	1	2	3
6.2	русского танца	1	2	3
6.3	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
7	Детские танцы	2	2	4
8	Постановочная деятельность	1	4	5
9	Репетиционная деятельность	-	5	5
10	Концертная деятельность	-	3	3
Итого:		19	53	72

*Учебно - тематический план второго года обучения
(216 учебных часа)*

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1

2	Музыкально - ритмические упражнения	3	30	33
2.1	Строение музыкальной речи	1	4	5
2.2	Метроритм	1	4	5
2.3	Ритмический рисунок	1	2	3
2.4	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
3	Основы актерского мастерства	4	22	26
3.1	Музыкально - танцевальные упражнения	2	10	12
3.2	Этюды на образное перевоплощение	1	10	11
3.3	<i>Итоговое занятие</i>	1	1	2
4	Элементы ритмической гимнастики на полу	5	33	38
4.1	Перегибы корпуса	2	9	11
4.2	Упражнения для развития танцевального шага и выворотности ног	1	12	13
4.3	Упражнения для укрепления мышц живота и брюшного пресса	1	12	13
4.4	<i>Итоговое занятие</i>	1	2	3
5	Музыкальные игры	1	10	11
6	Элементы народного танца	2	34	36
6.1	Танцевальные шаги	1	17	18
6.2	Движения русского танца	1	17	18
6.3	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
7	Детские танцы	2	20	22
8	Постановочная деятельность	1	22	23
9	Репетиционная деятельность	-	23	23
10	Концертная деятельность	-	3	3
Итого:		19	197	216

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

1. Вводное занятие

Теория: организационное занятие. Знакомство с объединением, с требованиями к организации занятий, к форме детей, составление расписания. Техника безопасности на занятиях ритмикой.

2. Музыкально - ритмические упражнения

Определение характера музыки

Теория: Мелодия и движение. Характер музыки - бодрый, спокойный.

Практика: Ходьба разного характера. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на месте. Упражнения: «Маршируем», «Регулировщик движения», «Змейка с воротцами».

Темп

Теория: Темп быстрый медленный.

Практика: Упражнение на сохранение темпа. Сохранение заданного темпа после временного прекращения музыки. Упражнение «Ускоряй и замедляй».

Динамические оттенки

Теория: Контрастная музыка (громко, тихо)

Практика: Ходьба вперед и назад. Ходьба на пятках и носках. Пружинка. «Ветерок и ветер».

Итоговое занятие.

Практика: Закрепление темпа, динамических оттенков в упражнениях.

3. Основы актерского мастерства

3.1 Вводное занятие

Практика: упражнение на отношение к предмету.

3.2 Эмоциональная выразительность.

Теория: эмоциональная характеристика образа.

Практика: Этюды «Песенка крокодила Гены», «Я чайник», «Шарик», «Незнайка».

3.3 Жесты.

Теория: пластическая мимика.

Практика: упражнения: «Прошу - не надо», «Давай дружить», «Игра с куклой», «Ау!», «Пошепчемся».

3.4 Итоговое занятие. Закрепление пройденного материала.

4. Элементы ритмической гимнастики на полу

4.1 Вводное занятие

Теория: понятие о выворотности, растяжка.

Практика: общая гимнастика. Гимнастика на полу. Разогрев различных групп мышц.

4.2 Упражнение на развитие мышц стопы.

Практика: упражнения на выворотность стопы.

4.3 Упражнение на развитие коленного, тазобедренного, голеностопного суставов, развитие плечевого сустава.

Практика: упражнения на выворотность коленного, тазобедренного суставов.

4.4 Перегибы корпуса

Практика: упражнения «коробочка», «кошечка».

4.5 Итоговое занятие.

5. Музыкальные игры *Теория:* Рассказ об играх. *Практика:* «Плетень», «Гори, гори ясно»

6. Элементы народного танца

6.1 Вводное занятие

6.2 Танцевальные шаги

Практика: Шаг с носка, шаг с каблука, шаг на полупальцах.

6.3 Выведение ноги на носок, на пятку. Теория:

объяснение нового материала *Практика:*
правильность выведения ноги.

6.4 Маленькое и большое приседание по VI позиции.

Теория: объяснение нового материала

Практика: правильность приседания без отрыва ступни от пола.

6.5 Русский танец

Теория: положение рук, положение ног в русском танце.

Практика: «елочка», «ковырялочка», «притопы», подскоки, боковой галоп.

6.6 Итоговое занятие

7. Детские танцы

6.5 Практика: «Веселая зарядка», «Чунга - чанга», «Морячка», «Цыплята», «Танец с мячами».

Второй год обучения

1. Вводное занятие

Теория: составление расписания, техника безопасности.

2. Музыкально - ритмические упражнения.

Строение музыкальной речи

Практика: вступление, акцентировать конец музыкальной фразы притопом, хлопком. *Метроритм*

Теория: сильная доля в музыке.

Практика: выделить сильную долю хлопком, притопом, чередуя притоп-хлопок, хлопок - притоп вместе; исполнять на месте, позднее в продвижении по кругу маршем; бросание и ловля мяча. Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. *Ритмический рисунок*

Теория: разнообразный характер музыки и несложный ритмический рисунок.

Практика: ходьба, подскоки, остановка; пружинки, удары мяча об пол и ловля его с последующей ходьбой, упражнение со скакалкой; прохлопывание ритма песен; координация движений; «дирижеры»; упражнения с использованием элементов белорусского танца «Крыжачок». *Итоговое занятие*

3. Основы актерского мастерства

Музыкально — танцевальные упражнения

Теория: Знакомство с упражнениями

Практика: «Ветер - ветерок», «Игра с водой», «Платочек», «Притопы».

Утверждающий притоп; притопывающий шаг; топочущий шаг.

3.2 Этюды на образное перевоплощение

Теория: внешний облик героя.

Практика: «тряпичные куклы», «цветочек», «художники», «кошечка»,

«пляска медвежат», «зайцы пляшут», «цирковые лошади»,

«капитаны».

Итоговое занятие.

4. Элементы ритмической гимнастики на полу

Перегибы корпуса

Теория: упражнения, лежа на животе, на спине.

Практика: упражнения «корзиночка», «колечко», «листик», «березка»,

«мостик», «ежик».

Упражнение для развития танцевального шага и выворотности ног

Практика: упражнения «паучки», «бабочка», «растяжка».

Упражнения для укрепления мышц живота и брюшного пресса

Итоговое занятие

5. Музыкальные игры

Теория: объяснение правил игр

Практика: «передача мяча», «игра с платочками», «игра в большой мяч»,

«давай дружить», «поменяйся», «бездомная кукушка».

6. Элементы народного танца

Танцевальные шаги

Практика: переменный шаг вперед, шаг с переступанием, шаг с притопом с двух ног.

Движения русского танца

Практика: «гармошка», «моталочка», «русский бег». Подскоки по $\frac{1}{4}$ круга,

тройной притоп.

7. Детские танцы

Практика: «Коротышки», «Гномы», «Чарли», «Пингвины».

8. Постановочная работа. Практика:

Работа над постановкой танца

9. Репетиционная деятельность.

10. Концертная деятельность.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В работе с детьми при проведении музыкально - ритмических занятий педагог использует:

- словесные методы;
- наглядные методы;
- практические методы.

Словесный метод - это универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, описывается техника движений в связи с музыкой, это определяет разнообразие методических приемов использования слова в обучении: рассказ, беседа, объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку.

Наглядный метод. В развитии чувства ритма способствует более глубокому, быстрому и прочному усвоению детьми программы курса музыкально - ритмического воспитания, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К этому методу можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, прослушивание ритма и темпа движений музыки, которое помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

К практическим методам относятся формы овладения учебным материалом на основе упражнений. Этими методами формируют практические умения и навыки.

Принципы обучения.

принцип наглядности - на ранних этапах развития ребенка обучение осуществляется за счет подражания взрослым, копирование детьми практических действий взрослого человека.

принцип доступности. Доступность усвоения знаний, формирования умений и навыков означает их связь с уровнем развития

детей, с их личным опытом, с теми знаниями, умениями и навыками, которыми владеет ребенок.

- *принцип прочности обучения.* Одна из самых важных задач обучения состоит в том, чтобы добиться прочных знаний, умений, навыков. Опора на кратковременную память является дополнительным, но не основным фактором обучения.

- *принцип систематического обучения* — система обучения на каждом занятии должна быть продуктивной.

Для эффективной реализации программы необходима разработка следующих методик:

- методика организации учебного занятия;
- методика проведения контроля навыков и умений детей.

Наглядность: стенды, фотографии выступления коллектива.

Материально - техническая база: танцевальный зал, пианино, баян, магнитофон.

Сохранение и укрепление здоровья детей.

Значение движений для сохранения здоровья ребенка играет большую роль в его подрастающем организме.

При записи в студию ребенок предоставляет справку о состоянии здоровья.

Занятия детей проводятся в просторном светлом и хорошо проветриваемом зале, где постоянно делается влажная уборка.

Все дети приходят на занятия в определенной форме и обуви, которые не стесняют движений ребенка.

В содержание учебного процесса включаются упражнения ритмической гимнастики на полу:

- развитие опорно-двигательного аппарата;
- исправление осанки;

- исправление незначительного плоскостопия и «косолапости» (если такие имеются).

А также применяют упражнения для общефизического развития детей (развитие силы, выносливости, ловкости).

Работа с родителями

Немаловажную роль в образовательном процессе играют родители. Совместно с ними проводятся различные творческие мероприятия. Педагогические формы работы с родителями:

- проведение родительских собраний (2 раза в год);
- индивидуальные беседы с родителями;
- проведение открытых занятий для родителей с целью знакомства с итогами обучения детей.

Ритмике, как учебно-воспитательной дисциплине должно отводиться значительное место в системе музыкального развития детей. Научить ребенка передавать характер музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений под музыку - именно на это направлены занятия ритмикой, которые необходимо систематически проводить с детьми с раннего возраста. На этих занятиях у них развивается чувство ритма, музыкальный слух и вкус, вырабатывается умение правильно и красиво двигаться, происходит приобщение к ритму музыки

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ

1. Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. (с изм. на 2025 г.)
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20» (с изменениями и дополнениями от 30 августа 2024 г.)
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. №652н об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
7. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. №09-3242 «О направлении информации». Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)
8. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»

9. Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
10. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов (утв. Президентом РФ 03.04.2012 N Пр-827).
11. Устав МОУ ЦДОД имени Н.М. Тарарушкина.

ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии»- М.: «Просвещение», 1983.
2. Бекина СИ. «Музыка и движения»- М.: «Просвещение», 1983.
3. Ветлугина Н.А. «Музыкальное развитие ребенка» - М., 1968.
4. Ветлугина Н.А. «Методика музыкального воспитания в детском саду» -М.: «Просвещение», 1989.
5. Горшкова Е.В. «От жеста к танцу» - М.: Изд. ГНОМ, 2003.
6. Дополнительное образование детей. Сборник нормативных документов. Ч 1,2, 1991-1995.
7. Закон РФ об образовании № 186 - ФЗ от 23.12.03.
8. Лифну И.В. «Ритмика» - М.: Изд. центр «Академия», 1999.
9. Михайлова М.А., Воронина Н.В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения», Ярославль, 2000.
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать» - М.: Изд. центр ВЛАДОС, 2003.
11. Ротере Т.Т. «Музыкально - ритмическое воспитание и художественная гимнастика» - М.: «Просвещение», 1989.
12. Санитарно - эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей // Директор школы. - 2003. - № 6. - С. 108-125; №7.-С. 124-125.
13. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей.

14. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей // Внешкольник. - 2003. - № 9.
15. Устав МОУ ДОД Центра внешкольной работы.
16. Чибрикова - Луговская А.Е. «Ритмика» - М.: Дрофа, 1998.
17. Эльконин Д.Б. «Психология игры» - М., 1978.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Захаров Р.В. Беседы о танце. - М., 1973.
2. Иноземцева Г. Народные танцы. - М., 1981.