

Управление образования и молодежной политики
администрации Городецкого муниципального округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества» г. Заволжье

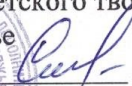
Принята на заседании
педагогического совета
Протокол от 26.08.2026г. №1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДО

«Центр детского творчества»

г.Заволжье

 /Н.И.Самсонова/

Приказ от 26.08.2026г. № 62 - ОД



Дополнительная общеразвивающая программа
«Хореография с улыбкой: ритмика для самых маленьких»

Направленность: художественно-эстетическая

Возраст учащихся: 4 года

Объем: 72 часа

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:

Петрова Карина Вадимовна

педагог дополнительного образования

г. Заволжье, 2026

Оглавление

1	Пояснительная записка.....	3
2	Учебный план.....	10
3	Календарный учебный график.....	14
4	Содержание программы.....	14
5	Воспитание	20
6	Планируемые результаты	25
7	Ресурсное обеспечение.....	37
8	Список литературы.....	31

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография с улыбкой: ритмика для самых маленьких» ориентирована на работу с детьми в области хореографии и ритмики. В результате освоения программы дети приобретут первичные знания: о правилах безопасного поведения в зале, о строении собственного тела и ориентации в пространстве, а также познакомятся с основами музыкального ритма. Уметь применять: чувство ритма, музыкальный образ и эмоции через пластику, а также взаимодействие с коллективом. Научатся: выполнять базовые координационные движения и элементы партерной гимнастики \гимнастика на полу\, согласовывать свои действия с музыкой и свободно ориентироваться в общем пространстве зала.

Программа соответствует художественно-эстетической направленности.

Возраст 4 года является сензитивным (наиболее благоприятным) для развития музыкальности, ритмичности, координации движений и эмоциональной сферы.

Название «с улыбкой» отражает главную философию программы в пользу игровых, эмоционально насыщенных и здоровьесберегающих технологий. В этом возрасте дети познают мир через игру и подражание, поэтому программа направлена на то, чтобы ребенок полюбил движение и музыку, научился выражать свои эмоции и чувствовать свое тело без страха и зажимов.

При разработке программы учтены требования следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. от 01.01.2026). – Текст: электронный // Собрание законодательства РФ. – 2012. – № 53 (ч. I). – Ст. 7581.
2. Указ Президента РФ от 24.12.2014 № 808. – Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201412250021> (дата обращения: 10.06.2026).
3. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей». – Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 19.05.2026г.).
4. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

- образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». – Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 20.05.2026г.).
5. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (вступает в силу с 01.09.2022; действует до 01.09.2028). – Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 17.05.2026г.).
 6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». – Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 09.06.2026г.).
 7. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»). – Текст: электронный // Собрание законодательства РФ. – 2022. – № 14. – Ст. 2563.
 8. Распоряжение Правительства РФ от 01.07.2025 № 1745-р «Об утверждении изменений, которые вносятся в Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года, и плана мероприятий по реализации II этапа Концепции развития дополнительного образования детей». – Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 07.03.2026г.).
 9. Письмо Минпросвещения России от 23.01.2026 № АБ-254/6 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами “Труд (технология)”, “Музыка”, “Изобразительное искусство”, “Физическая культура”»). – Текст: непосредственный
 10. Методические рекомендации по разработке и реализации раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной

общеразвивающей программы / ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания». – Москва, 2025. – 48 с. – Текст: электронный // Официальный сайт Институт изучения детства, семьи и воспитания. – URL <https://институтвоспитания.рф/> (дата обращения: 16.05.2026г.).

11. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Заволжье. – Заволжье, 2025. – Текст: непосредственный.

Реализация программы предусматривает:

1. Интеграцию видов искусств: сочетание музыки, художественного слова и движения для создания целостных музыкально-двигательных образов, доступных восприятию детей 4 лет.
2. Игровые и сюжетно-образные технологии: освоение ритмических и танцевальных навыков через игру, сказочные сюжеты и имитационные упражнения, что обеспечивает естественную мотивацию и соответствует возрастным особенностям младших дошкольников.
3. Здоровьесберегающие технологии: включение в структуру занятий дыхательной гимнастики, упражнений на релаксацию, профилактики плоскостопия и коррекции осанки, а также чередование видов деятельности с учётом возрастной утомляемости детей.
4. Эмоционально-образное развитие: создание психологически комфортной среды и ситуаций успеха; формирование умения выражать эмоции и настроение через мимику, жесты и пластику тела.
5. Коммуникативно-деятельностный подход: развитие навыков взаимодействия со сверстниками и педагогом в парных, групповых и хороводных формах работы, формирование культуры совместной деятельности в общем пространстве зала.

Цель программы: создание условий для развития музыкальности, двигательной координации и эмоциональной отзывчивости детей 4 лет посредством освоения доступных музыкально-ритмических и танцевально-игровых форм деятельности.

Обучающие задачи:

- Способствовать освоению первичных навыков выполнения базовых музыкально-ритмических движений (шаг, бег, подскоки, хлопки, притопы) в соответствии с характером и темпом музыки.

- Обучать простейшим танцевально-игровым элементам и хороводным формам, доступным детям 4 лет.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве зала (круг, шеренга, врассыпную) и менять направление движения по сигналу педагога и музыки.
- Знакомить с безопасным использованием простейшего танцевального реквизита (платочки, мячи, ленты) в игровых упражнениях.

Развивающие задачи

- Способствовать развитию чувства ритма, музыкального слуха и эмоциональной отзывчивости на музыку через двигательную активность.
- Содействовать развитию двигательной координации, ловкости, устойчивости и общей моторики средствами ритмики и игрового танца.
- Поддерживать образное мышление и творческое воображение через воплощение в движении сказочных и игровых образов.
- Создавать условия для укрепления мышечного корсета и способствовать выработке правильной осанки посредством упражнений в различных положениях тела.

Воспитательные задачи:

- Содействовать воспитанию интереса к музыкально-танцевальной деятельности и положительного эмоционального отношения к занятиям.
- Способствовать формированию навыков согласованного взаимодействия со сверстниками и педагогом в парных и групповых играх.
- Воспитывать культуру поведения в зале: умение слушать музыкальные и речевые сигналы, соблюдать правила безопасности.
- Стимулировать эмоциональную отзывчивость и желание выражать свое настроение через мимику, жесты и пластику.

Возраст детей, на который ориентирована программа: 4 года.

Актуальность программы обусловлена необходимостью комплексного решения задач физического, эмоционально-эстетического и социального развития детей дошкольного возраста в условиях дефицита двигательной активности, характерного для современных дошкольников. Программа соответствует приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования, закреплённым в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС ДО, Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и Порядке организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минпросвещения РФ № 629).

Возраст 4 лет является сензитивным периодом для формирования чувства ритма, базовой двигательной координации, музыкального слуха и правильной осанки. Программа отвечает потребности детей этого возраста в эмоциональной разгрузке, игровом познании мира и первичной социализации через совместную музыкально-двигательную деятельность.

Отказ от ранней формализации хореографического обучения в пользу игровой модели, сохраняющей естественную потребность ребёнка в движении, позволяет избежать психологического дискомфорта и мышечных зажимов, характерных для неадаптированных к возрасту методов классической школы. Обучение через игру создаёт условия для устойчивой мотивации к занятиям искусством и закладывает основу для дальнейшего творческого и физического развития.

Педагогическая целесообразность программы обоснована соответствием её содержания, форм и методов возрастным психофизиологическим особенностям детей 4 лет, а также требованиям СанПиН к организации образовательного процесса с детьми дошкольного возраста.

Соответствие ведущему виду деятельности. В младшем дошкольном возрасте ведущей деятельностью является игра, а мышление носит наглядно-образный характер. Освоение музыкально-ритмических и танцевальных навыков через сюжетно-игровые, имитационные и образные формы обеспечивает естественное и эффективное усвоение материала в соответствии с возрастными механизмами познания.

Научно-методическое обоснование. Выбор ритмики как основы программы опирается на традиции музыкально-ритмического воспитания, разработанные Э. Жак-Далькрозом и адаптированные отечественными педагогами (Н. А. Метлов, Н. П. Александрова, О. П. Апраксина). Музыкально-ритмические упражнения обеспечивают комплексное развитие: чувство ритма, слух, внимание, память, эмоциональную отзывчивость и двигательную координацию.

Эмоционально-комфортная среда. Создание психологически безопасной образовательной среды, ситуации успеха и доброжелательной атмосферы является необходимым условием раскрытия творческого потенциала дошкольника. Положительные эмоции, сопровождающие занятия, формируют устойчивую мотивацию к деятельности и способствуют психологическому благополучию ребёнка.

Здоровьесберегающая направленность. Включение в структуру занятий дыхательной гимнастики, упражнений на профилактику плоскостопия, коррекции осанки и укрепления мышечного корсета (в том числе упражнений на полу) решает актуальные задачи физического развития и компенсирует дефицит двигательной активности.

Таким образом, педагогическая целесообразность программы заключается в оптимальном сочетании оздоровительной, развивающей, образовательной и воспитательной функций, опоре на научно обоснованные методы музыкально-ритмического воспитания и учёте индивидуальных возможностей каждого ребёнка, что создаёт условия для его гармоничного развития средствами музыки и движения.

Дополнительная общеразвивающая программа реализуется в очной форме. Деятельность по программе осуществляется по группам. Режим занятий по программе предполагает 1 занятие 2 раза в неделю. Продолжительность занятий соответствует возрастным особенностям детей и САНпин.

Основными ожидаемыми результатами реализации дополнительной общеразвивающей программы являются формирование первичных знаний, умений и навыков в области музыкально-ритмической деятельности, которые в совокупности обеспечивают достижение цели программы — развитие музыкальности, двигательной координации и эмоциональной отзывчивости детей 4 лет.

В сфере музыкально-ритмического развития: обучающийся знает и различает темп (быстро/медленно) и динамику (громко/тихо) музыки; умеет двигаться в соответствии с характером музыкального произведения; проявляет первичные навыки чувства ритма через хлопки, притопы, шаги.

В сфере двигательной координации: обучающийся выполняет базовые музыкально-ритмические движения (шаг, бег, подскоки, повороты, хлопки); ориентируется в пространстве зала (круг, шеренга, врассыпную); демонстрирует улучшение общей моторики, устойчивости и координации.

В сфере эмоциональной отзывчивости: обучающийся проявляет эмоциональный отклик на музыку мимикой, жестами и движением; участвует в танцевально-игровых упражнениях с интересом и удовольствием; выражает настроение через пластику и образные движения.

В сфере социально-коммуникативного развития: обучающийся взаимодействует со сверстниками и педагогом в парных, групповых и хороводных формах; соблюдает правила поведения в зале; бережно относится к реквизиту.

В сфере здоровьесбережения: обучающийся выполняет упражнения на укрепление осанки и профилактику плоскостопия; освоил простейшие дыхательные упражнения и элементы релаксации.

Формами определения итогов реализации программы являются:

- открытые занятия для родителей и педагогического сообщества (1–2 раза в год)
- игровые показы «Смотрите, как мы умеем!» — короткие (5–7 минут) демонстрации разученных музыкальных игр и танцевальных связок для родителей в конце занятия или тематического блока;
- участие в музыкальных праздниках и развлечениях (встроенные в общий календарный план учреждения, не требующие отдельной подготовки специальных отчетных концертов);
- ведение цифрового видео-дневника группы — создание коротких видеороликов с фрагментами занятий для демонстрации родителям через официальные каналы связи (мессенджеры, соцсети учреждения);
- фотовыставки «Наши танцевальные успехи» — оформление наглядных стендов в раздевальной комнате или холле с фотографиями детей в процессе музыкально-ритмической деятельности.

Формами (методами) определения результативности программы является:

- Видеофиксация и сравнительный анализ — фиксация на видео выполнения базовых упражнений в начале (сентябрь) и в конце (май) учебного года для наглядной оценки индивидуальной динамики каждого ребенка без заполнения бумажных карт;
- Анализ эмоционального отклика и поведенческих реакций — наблюдение за желанием детей участвовать в занятиях, их активностью, инициативностью и радостным эмоциональным фоном в процессе игр;
- Обратная связь от родителей — сбор устных отзывов, анализ реакций и комментариев в родительских чатах, оценка удовлетворенности родителей результатами творческого и физического развития детей.

2. Учебный план программы «Хореография с улыбкой: ритмика для самых маленьких»

1 год обучения					Краткое содержание/Форма занятия/форма контроля
№ п/п	Наименование раздела/модуля/темы	Количество часов			
		Теория	Практика	Всего	
1	Раздел вводный	1	1	2	Адаптация детей к образовательной среде, знакомство с правилами безопасного поведения в зале, первичная пространственная ориентировка и установление эмоционального контакта с педагогом.
1.1	Тема 1. Знакомство с хореографическим залом, правилами поведения и педагогом.	1	1	2	Знакомство с пространством зала, игровые правила безопасности. Музыкальное приветствие, реакция на начало и окончание музыки. Пространственные ориентиры: круг, вращательную. Форма занятия: сюжетно-игровое. Форма контроля: педагогическое наблюдение (адаптация, эмоциональный отклик)
2.	Раздел 2 «Основы ритмики и музыкального восприятия»	2	10	12	Содействие развитию музыкальности, слуха, чувства ритма и эмоциональной отзывчивости на музыку через двигательную активность и игровые упражнения.
2.1.	Тема 1. «Знакомство с характером и настроением музыки. Развитие музыкального слуха»	1	3	4	Прослушивание контрастных музыкальных фрагментов (весело/грустно, быстро/медленно). Определение характера музыки, передача настроения в движении и мимике. Игра «Угадай мелодию». Форма занятия: музыкально – игровое, слушание Форма контроля: педагогическое наблюдение, игровая диагностика (различия контрастной музыки)
2.2.	Тема 2. «Развитие чувства ритма: повторение простейших ритмически рисунков.»	1	7	8	Хлопки, притопы в заданном ритме. Ритмическое эхо (повторение за педагогом). Согласование простых движений с темпом музыки. Игра «Музыкальное эхо». Форма занятия: Ритмическая игра, музыкально-

					ритмическое занятие Форма контроля: Игровая диагностика, видеофиксация
3.	Раздел 3 «Азбука движения и координации»	0	20	20	Формирование базовых двигательных навыков, координации, ловкости, устойчивости и умения ориентироваться в пространстве зала средствами ритмики и игрового танца.
3.1.	Тема 1 «Основные виды ходьбы и бега»	0	6	6	Ходьба и бег под музыку разного темпа. Обычный шаг, на носках, с высоким подниманием колена. Лёгкий бег стайкой. Смена движений по музыкальному сигналу. Форма занятия: Музыкально-подвижная игра, игровое упражнение. Форма контроля: Наблюдение (согласованность движений с музыкой). Выполнение заданий по образцу
3.2.	Тема 2 «Простейшие танцевальные шаги: приставной шаг, подскоки на двух ногах, легкое вращение»	0	8	8	Освоение приставного шага, подскоков, кружения. Позиции рук («фонарики», «крылышки»). Игровые упражнения на координацию и лёгкость движений Форма занятия: Танцевально-игровое занятие, игровая эстафета Форма контроля: наблюдение, выполнение заданий по образцу
3.3.	Тема 3 «Ориентация в пространстве зала: построение в круг, шеренгу, колонну; движение «враспынную» без столкновений»	0	6	6	Построение в круг, шеренгу, колонну. Движение враспынную без столкновений. Поиск своего места в зале. Игра «Найди свой домик». Форма занятия: Подвижная игра с правилами, сюжетное упражнение Форма контроля: Наблюдение (ориентировка, безопасность)
4.	Раздел 4 «Упражнения на полу и здоровьесберегающие технологии» \патерная гимнастика\	1	15	16	Содействие укреплению мышечного корсета, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, развитию дыхания и навыков релаксации в игровой форме
4.1.	Тема 1 «Упражнения на формирование правильной осанки и укрепление мышечного корсета»	0	6	6	Упражнения в положении лёжа и сидя («лодочка», «кошечка», «бабочка»). Игровые задания на вытяжение позвоночника, укрепление мышц спины и живота.

					Форма занятия: Игровое занятие на полу Форма контроля: Наблюдение за осанкой и правильностью выполнения
4.2.	Тема 2 «Профилактика плоскостопия: ходьба босиком по массажным дорожкам, перекаты с пятки на носок, упражнения «Гусеница», «Собери пальчиками платочек»	0	6	6	Ходьба по массажным дорожкам, перекаты с пятки на носок. Упражнения для стоп «Гусеница», «Собери пальчиками платочек». Игровые задания на укрепление свода стопы. Форма занятия: Игровое упражнение, оздоровительная игра. Форма контроля: Наблюдение за постановкой стопы
4.3.	Тема 3 «Дыхательная гимнастика и релаксация»	1	3	4	Простейшие дыхательные упражнения («надуй шарик», «подуй на снежинку»). Упражнения на расслабление мышц под спокойную музыку. Снятие напряжения после активной деятельности. Форма занятия: Релаксационное занятие, дыхательная игра. Форма контроля: Наблюдение (эмоциональное состояние, расслабление)
5.	Раздел «Образная пластика и работа с реквизитом»	0	16	16	Развитие творческого воображения, образного мышления, эмоциональной выразительности движений и навыков безопасной работы с простейшим реквизитом
5.1.	Тема 1 «Танцевальные этюды и пантомима: передача характеров животных и сказочных героев»	0	8	8	Имитационные движения, передача образов через пластику, мимику, жест. Сюжетно-ролевые игры-танцы. Эмоциональная выразительность. Форма занятия: Творческое занятие, сюжетно-игровое занятие. Форма контроля: Творческое задание (показ этюда), наблюдение
5.2.	Тема 2 «Работа с простейшим танцевальным реквизитом»	0	8	8	Знакомство с платочками, мячами, лентами. Правила безопасного использования. Интеграция реквизита в танцевальные и игровые движения. Форма занятия: Игровое занятие с предметами, музыкальная игра. Форма контроля: мини-показ с реквизитом, наблюдение.
6	Итоговый раздел	0	6	6	Обобщение и закрепление полученных умений, подготовка и проведение итогового игрового показа, оценка динамики развития детей

6.1.	Тема 1 «Разучивание и репетиция танцевальной композиции»	0	4	4	Повторение и соединение разученных движений в единую игровую композицию. Практика согласованных действий в группе. Эмоциональная подготовка к показу. Форма занятия: игровая репетиция, музыкально-танцевальное занятие. Форма контроля: Наблюдение (прогон, вовлеченность)
6.2.	Тема 2 «Итоговое игровое занятие»	0	2	2	Демонстрация освоенных навыков в формате праздника/игрового показа. Включение родителей (по желанию/формату). Сбор обратной связи. Форма занятия: итоговое игровое занятие, игровой показ. Форма контроля: Игровая диагностика, видеофиксация, отзывы родителей
	ИТОГО:	4	68	72	

3.Календарный учебный график

Календарный учебный график программы «Хореография с улыбкой: ритмика для самых маленьких» в соответствии с годовым календарным учебным графиком МБОУ ДО «ЦДТ» г. Заволжье ежегодно.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Всего учебных часов	Всего занятий в неделю
1 год	01 сентября	31 мая	36	72	72	2 раза в неделю по 1 часу
Режим занятий в каникулы		По временному утвержденному директором расписанию, составленному на период каникул, с учетом учебной нагрузки педагогов				

4.Содержание программы

РАЗДЕЛ 1. ВВОДНЫЙ РАЗДЕЛ (2 часа: теория — 1, практика — 1)

Адаптация детей 4 лет к образовательной среде, знакомство с правилами безопасного поведения в зале, первичная пространственная ориентировка и установление эмоционального контакта с педагогом. Задачи раздела: содействовать адаптации детей к занятиям, формировать первичные навыки безопасного поведения в зале, создавать положительный эмоциональный настрой на музыкально-танцевальную деятельность.

Тема 1.1. Знакомство с хореографическим залом, правилами поведения и педагогом

Теория (1 ч): Педагог знакомится с детьми, запоминает и называет имена. Экскурсия по залу: показывает вход, зеркала, ковер, место для построения. Объясняет правила поведения: слушать педагога, не бегать без задания, не толкаться, заниматься в сменной обуви/форме. Правила безопасности: смотреть по сторонам, чтобы не столкнуться. Рассказывает, чем будут заниматься: танцевать, играть, слушать музыку.

Практика (1 ч): Игра-знакомство «Имя с движением»: ребёнок называет имя и показывает любое движение — все повторяют. Первое построение в круг, взяться за руки, улыбнуться. Свободное движение под музыку — педагог наблюдает за координацией и музыкальностью каждого.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ РИТМИКИ И МУЗЫКАЛЬНОГО ВОСПРИЯТИЯ (12 часов: теория — 2, практика — 10)

Содействие развитию музыкальности, слуха, чувства ритма и эмоциональной отзывчивости на музыку через двигательную активность и игровые упражнения. Задачи раздела: способствовать развитию умения различать характер, темп и динамику музыки, формировать первичные навыки воспроизведения простейших ритмических рисунков, воспитывать эмоциональный отклик на музыку.

Тема 2.1. Знакомство с характером и настроением музыки. Развитие музыкального слуха

Теория (1 ч): Педагог объясняет, что музыка бывает разного характера: весёлая, грустная, спокойная, маршевая. Показывает разницу темпа (быстро/медленно) и динамики (громко/тихо) на коротких примерах. Учит слушать музыку и определять её настроение.

Практика (3 ч): Слушание коротких пьес: дети мимикой и движениями показывают, какая музыка звучит. Игра «Угадай мелодию»: узнавание знакомых детских песен, отгадывание, что «рисует» музыка (дождик, зайчик, марш). Движения в соответствии с характером музыки: весёлая — подскоки и бег, грустная — плавная ходьба, марш — шаг с притопом. Игра «Настроение»: показать лицом и движением настроение музыки.

Тема 2.2. Развитие чувства ритма: повторение простейших ритмических рисунков

Теория (1 ч): Педагог объясняет понятия «ритм», «музыкальный пульс», «сильная доля». Показывает, как хлопать в такт; объясняет правила игры «Музыкальное эхо». Демонстрирует простейшие рисунки: «хлоп-хлоп-топ», «топ-топ-хлоп».

Практика (7 ч): Хлопки в такт музыки (счёт «раз-два-три-четыре»). Игра «Музыкальное эхо»: педагог отхлопывает рисунок — дети точно повторяют. Ритмические рисунки из хлопков, притопов, шлепков по коленям. «Ритмический оркестр»: соединение хлопков и притопов в один рисунок под музыку. Ходьба и бег в заданном ритме; быстрый ритм — прыжки, медленный — плавные шаги. Игра в кругу: каждый ребёнок придумывает свой ритм — все повторяют.

РАЗДЕЛ 3. АЗБУКА ДВИЖЕНИЯ И КООРДИНАЦИИ (20 часов: практика — 20)

Формирование базовых двигательных навыков, координации, ловкости, устойчивости и умения ориентироваться в пространстве зала средствами ритмики и игрового танца. Задачи раздела: способствовать освоению

основных видов ходьбы, бега, простейших танцевальных шагов, формировать умение ориентироваться в пространстве зала и согласовывать движения с музыкой.

Тема 3.1. Основные виды ходьбы и бега

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде кратких объяснений и показа педагога в ходе выполнения упражнений).

Практика (6 ч): Ходьба в ритм музыки: обычная с махами рук. Ходьба на носках («листочка крадётся»), на пятках («пингвин»), с высоким подниманием колен («лошадка»). Лёгкий бег на носках по кругу, бег на месте, бег «змейкой» за педагогом. Чередование: музыка быстрая — бег, медленная — ходьба; остановка по сигналу. Игровые образы: «мишка идёт», «мышки бегают», «великаны и гномики». Выполнение заданий по образцу: педагог показывает — дети повторяют.

Тема 3.2. Простейшие танцевальные шаги: приставной шаг, подскоки на двух ногах, лёгкое вращение

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде кратких объяснений и показа педагога в ходе выполнения упражнений).

Практика (8 ч): Приставной шаг (степ-тач): шаг в сторону — приставить ногу; руки на поясе, затем с «фонариками»/джаз-хэндами. Подскоки на двух ногах на месте и с продвижением («мячики», «зайчики»); подскоки с поворотом. Лёгкое вращение: кружение на полупальцах «карусель», «юла», руки «крылышки». Комбинации: 4 приставных шага — 4 подскока — кружение. Игровые эстафеты: «кто быстрее приставным шагом до флажка», «зайчики доскакали до морковки», «карусель кружится быстрее/медленнее». Выполнение шагов под музыку разного темпа. Игровая эстафета.

Тема 3.3. Ориентация в пространстве зала: построение в круг, шеренгу, колонну; движение «враспынную» без столкновений

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде кратких объяснений и показа педагога в ходе выполнения упражнений).

Практика (6 ч): Построение в круг: большой и маленький круг, взяться за руки. Построение в шеренгу (линейку): встать в линию, запомнить своё место. Построение в колонну: «паровозик» за педагогом. Движение «враспынную»: свободно бегать по залу, не сталкиваясь, по сигналу найти своё место. Игра «Найди свой домик»: у каждого «домик» (обруч/коврик); под музыку дети танцуют, по сигналу бегут в свой домик. Перестроения: круг →

шеренга → колонна; понятия «право/лево», «вперёд/назад» в игровой форме. Игра «Найди свой домик».

РАЗДЕЛ 4. УПРАЖНЕНИЯ НА ПОЛУ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ /партерная гимнастика и здоровьесбережение/ (16 часов: теория — 1, практика — 15)

Содействие укреплению мышечного корсета, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, развитию дыхания и навыков релаксации в игровой форме. Задачи раздела: способствовать укреплению мышц спины и живота, формировать навык правильной осанки, укреплять свод стопы, обучать простейшим дыхательным упражнениям и навыкам расслабления.

Тема 4.1. Упражнения на формирование правильной осанки и укрепление мышечного корсета

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде кратких объяснений и показа педагога в ходе выполнения упражнений)

Практика (6 ч): Проверка осанки у стены: «пять точек» (пятки, икры, ягодицы, лопатки, затылок касаются стены). Партерные упражнения на коврике: «Лодочка» (лежа на животе поднять руки и ноги), «Корзиночка», «Кошечка» (прогнуть и выгнуть спинку), «Струночка». Упражнения для спины и живота: «Качели», удержание «лодочки» на счёт. Лёгкая растяжка: «Бабочка» (стопы вместе, колени в стороны), «Тянемся к носочкам». Игровые образы: «сильный медвежонок», «гибкая кошечка», «ровное дерево».

Тема 4.2. Профилактика плоскостопия: ходьба босиком по массажным дорожкам, перекаты с пятки на носок, упражнения «Гусеница», «Собери пальчиками платочек»

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде кратких объяснений и показа педагога в ходе выполнения упражнений)

Практика (6 ч): Ходьба босиком по массажным дорожкам и коврикам («тропинка в лесу»). Перекаты с пятки на носок («перекатики», «ходим как перекасти-поле»). Упражнение «Гусеница»: сидя или стоя, пальчиками ног подтягивать стопу вперёд. Упражнение «Собери пальчиками платочек»: захватить платочек пальцами ног, поднять и перенести. Захватывание и перекалывание стопой мелких предметов (мячики, карандаши). Ходьба на внешнем и внутреннем своде стопы («мишка косолапый», «пингвин»). Катание стопой массажного мячика, наблюдение за постановкой стопы.

Тема 4.3. Дыхательная гимнастика и релаксация

Теория (1 ч): Педагог объясняет правило дыхания: вдох через нос, выдох через рот. Рассказывает, зачем нужна дыхательная гимнастика (успокоиться, отдохнуть после танца). Объясняет понятие «релаксация» — расслабление мышц, отдых под спокойную музыку.

Практика (3 ч): Упражнение «Задуй свечку»: глубокий вдох носом, длинный выдох ртом. «Понюхай цветочек»: вдох аромата, плавный выдох. «Шарик»: надуваем живот на вдохе, сдуваем на выдохе. Дует на лёгкие предметы: пёрышко, бумажную снежинку, платочек. Релаксация: лёжа на спине под спокойную музыку расслабить руки, ноги, «спящий котёнок», «тающая снежинка». Связка: активный танец → остановка → дыхание и расслабление.

РАЗДЕЛ 5. ОБРАЗНАЯ ПЛАСТИКА И РАБОТА С РЕКВИЗИТОМ (16 часов: практика — 16)

Развитие творческого воображения, образного мышления, эмоциональной выразительности движений и навыков безопасной работы с простейшим реквизитом. Задачи раздела: способствовать развитию образного мышления и эмоциональной отзывчивости через воплощение сказочных и игровых образов в движении, формировать навыки безопасного использования танцевального реквизита.

Тема 5.1. Танцевальные этюды и пантомима: передача характеров животных и сказочных героев

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде показа образов и кратких пояснений педагога).

Практика (8 ч): Пантомима животных: зайчик (прыжки, ушки), мишка (вразвалочку), лисичка (крадётся), птичка (машет крыльями). Сказочные и эстрадные образы: кукла (плавные движения с остановками), робот (ломанные движения, фриз), супергерой (широкие сильные позы), снежинка (лёгкое кружение). Танцевальные этюды: короткие мини-сценки под музыку, где ребёнок движением передаёт образ. Работа с эмоциями и мимикой: улыбка, удивление, радость; танцуем «с лицом». Творческое задание: придумай свой образ и покажи. Показ этюда: ребёнок или мини-группа показывает этюд, остальные отгадывают, кто это.

Тема 5.2. Работа с простейшим танцевальным реквизитом

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде объяснения правил безопасного использования реквизита).

Практика (8 ч): Знакомство с реквизитом: платочки, ленточки, мячики, шляпки, «звёздочки» (султанчики); правила: не бросать в друг друга.

Платочки: взмахи вверх-вниз и в стороны, «волны», лёгкий бег с платочком. Ленточки: рисование в воздухе волн, кругов, спиралей. Мячики: отбивание в ритм музыки, удержание между ладонями, передача в парах. Шляпки и «звёздочки»: эстрадные позы, джаз-хэнды с реквизитом. Умение красиво держать реквизит и не терять его во время движения. Мини-показ с реквизитом: короткий танец с выбранным предметом под музыку.

РАЗДЕЛ 6. ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ (6 часов: практика — 6)

Обобщение и закрепление полученных умений, подготовка и проведение итогового игрового показа, оценка динамики развития детей. Задачи раздела: способствовать закреплению освоенных музыкально-ритмических и танцевальных навыков в единой игровой композиции, формировать согласованность действий в группе, создавать ситуацию успеха и положительный эмоциональный настрой при подведении итогов года.

Тема 6.1. Разучивание и репетиция танцевальной композиции

Теория: не предусмотрена (теоретические сведения интегрируются в практическую деятельность в виде объяснения последовательности движений и построений).

Практика (4 ч): игровая репетиция «Танцуем вместе». Разучивание итоговой танцевальной композиции (детский эстрадный танец) по частям: вступление, основная часть, финал. Соединение изученных элементов: приставной шаг, подскоки, хлопки, вращения, джаз-хэнды, работа с реквизитом. Репетиция построений и перестроений: круг, шеренга, «врассыпную». Работа над синхронностью: танцуем дружно, вместе начинаем и заканчиваем. Работа над сценическим образом: улыбка, взгляд в зал, выход и поклон.

Тема 6.2. Итоговое контрольное занятие

Теория: не предусмотрена.

Практика (2 ч): итоговое игровое занятие «Праздник танца» (Открытое занятие или мини-концерт для родителей. Показ итоговой танцевальной композиции, лучших этюдов и игр года. Поклон, награждение детей наклейками или медалями «Юный танцор». Подведение итогов года: что узнали и чему научились. Сбор обратной связи от родителей.)

5.Воспитание

1.1. Цель, задачи и ориентиры воспитания детей

Цель воспитательной работы программы

Формирование у детей 4 лет системы базовых духовно-нравственных ценностей через приобщение к искусству эстрадного и современного танца, воспитание творческой, эмоционально-открытой, физически и психологически здоровой личности, способной к сотрудничеству и самовыражению.

Задачи воспитания

Личностные задачи:

- Формировать у ребёнка позитивную самооценку, уверенность в себе и своих силах;
- Развивать эмоциональный интеллект: умение распознавать и выражать эмоции через движение, мимику, пластику;
- Воспитывать артистизм, сценическую смелость, способность выступать перед зрителями;
- Формировать культуру самовыражения и умение красиво владеть своим телом.

Социальные задачи:

- Воспитывать уважительное отношение к педагогу, сверстникам и взрослым;
- Формировать навыки сотрудничества, умение танцевать в паре, в группе, в ансамбле;
- Развивать умение слушать и слышать других, уступать, делиться реквизитом, поддерживать товарищей;
- Воспитывать толерантность и доброжелательность в коллективе.

Ценностно-ориентационные задачи:

- Приобщать к ценностям искусства, красоты и творчества;
- Формировать ценностное отношение к здоровью и физической культуре;
- Воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, ответственность за результат;
- Формировать уважение к культурным традициям через знакомство с эстрадным танцем разных стилей.

Волевые задачи:

- Воспитывать настойчивость в освоении новых движений;
- Развивать умение преодолевать трудности и усталость в процессе

занятий;

- Формировать привычку к регулярным занятиям и самоорганизации.
- Ориентиры воспитания (ценностные основы)

Воспитательная работа опирается на следующие ценностные ориентиры, адаптированные под специфику хореографической деятельности:

- Искусство и красота: Любовь к танцу, музыке, эстетике движения, красивым костюмам, сценическому образу.
- Здоровье: ценностное отношение к своему телу, осанке, физической форме, гигиене танцора.
- Труд: понимание, что хороший танец- это результат регулярных тренировок и старания.
- Коллектив: умение работать в ансамбле, чувствовать партнера, поддерживать друг друга.
- Культура и традиции: знакомство с танцевальной культурой.
- Семья: вовлечение родителей в творческую жизнь ребенка.
- Самовыражение: уважение к индивидуальности каждого ребёнка, его творческим находкам.

1.2. Формы и методы воспитания

Воспитательная работа ведётся комплексно — через специально организованные занятия, межличностное общение и средовое воздействие.

Классификация форм воспитания

1. По количеству участников: Индивидуальная: работа с одним ребенком с учетом его особенностей (Коррекция осанки, помощь застенчивому ребенку раскрыться, работа с опережающими темпами). Групповая: работа со всей группой одновременно (Разучивание танцев, общие игры, разминка, обсуждение). Микрогрупповая: работа в парах и малых группах (Парные танцы, сюжетные этюды, эстафеты). Коллективная: совместная деятельность всей группы (Итоговые концерты, открытые занятия, совместные праздники).

2. По характеру деятельности: Занятия-игры («Танцевальная вечеринка», «Путешествие в страну ритма»); Занятия-путешествия («Мы едем в Африку», «Космическое приключение»); Занятия-сказки (танцевальные постановки по сюжетам сказок); Творческие встречи (встречи с танцорами, родителями-артистами); Праздники и утренники («Осенний бал», «Новогодний хоровод», «Мамин день»); Открытые занятия для родителей (2 раза в год); Творческие конкурсы внутри группы (мини-баттлы, «Самый ритмичный», «Самый артистичный»).

Методы воспитания:

1. Словесные методы:

- Беседа — обсуждение эмоций, характеров образов, результатов;
- Рассказ педагога — о танцорах, истории танца, сценических образах;
- Объяснение — правил поведения, смысла движений, характера музыки;
- Художественное слово — стихотворные образы («ножки как пружинки», «руки как крылья»);
- Поощрение — словесная похвала («Какой ты молодец!», «Как красиво получилось!»);
- Замечание — тактичное, доброжелательное, в форме совета.

2. Наглядные методы:

- Личный пример педагога — демонстрация движений, этикета, отношения к делу;
- Показ старших детей — мотивация младших группой продвинутого уровня;
- Видеоматериалы — просмотр коротких выступлений детских эстрадных коллективов;
- Иллюстрации и картинки — образы животных, природы, танцоров;
- Образец движения — «смотри и повторяй».

3. Практические методы:

- Упражнение — многократное повторение движений;
- Творческое задание — «придумай своё движение», «покажи своего героя»;
- Игровая ситуация — обучение через игру, что критично для возраста 4 лет;
- Соревнование (щадящее) — эстафеты, баттлы с акцентом на участие, а не победу;
- Импровизация — свободный танец под музыку, развитие индивидуальности.

4. Методы стимулирования:

- Создание ситуации успеха — посильные задания, похвала за старание;
- Система поощрений — наклейки, звёздочки, значки «Юный танцор», медали;
- Публичное признание — объявление имени «звёзды дня», аплодисменты;
- Создание проблемных ситуаций — «Как нам построиться, чтобы всем было видно?» (развитие коллективного мышления).

5. Специфические хореографические методы воспитания:

- Метод «зеркала» — развитие эмпатии и внимания к партнёру;
- Метод «эха» — развитие умения слышать и реагировать;
- Метод «сценического образа» — развитие артистизма и эмоциональной культуры;
- Метод «фриза» (стоп-кадр) — воспитание самоконтроля и воли.

1.3. Условия воспитания и анализ результатов

Условия, обеспечивающие эффективность воспитательной работы

Воспитательная работа в рамках программы «Хореография с улыбкой: ритмика для самых маленьких» осуществляется в неразрывной связи с обучением и развитием через создание эмоционально-комфортной образовательной среды. Особые условия воспитания обусловлены возрастом обучающихся (4 года) и спецификой музыкально-ритмической деятельности:

- *Нормы взаимоотношений.* Взаимодействие педагога с детьми строится на принципах субъект-субъектных отношений, уважения к личности ребёнка, поддержке его инициативы и эмоционального благополучия. Педагог выступает не как строгий наставник, а как партнёр по игре, создающий ситуацию успеха. Отношения между детьми формируются через парные и групповые танцевально-игровые упражнения, где закладываются основы эмпатии, умения договариваться и действовать согласованно.

Психолого-педагогические условия: Эмоционально-положительная атмосфера в зале: «Хореография с улыбкой» — девиз программы; Уважение к личности ребёнка — обращение по имени, учёт индивидуальных темпов; Безоценочное отношение к творчеству — принимаем любые находки ребёнка; Ситуация успеха — каждое занятие завершается похвалой и позитивным итогом; Индивидуальный подход: учёт темперамента (активные дети получают ведущие роли, застенчивые — постепенное вовлечение); Свобода выбора — где возможно, ребёнок сам выбирает движение, образ, реквизит.

Организационно-педагогические условия: Комплектование групп с учётом возраста (4 года) и психофизических особенностей; Стабильный педагогический состав — один ведущий педагог, знакомый детям и родителям; Режимные условия: 2 занятия в неделю с обязательным физкультурным паузам, дыхательной гимнастикой и релаксацией;

- *Поощрение и поддержка активности.* Воспитательно значимыми событиями программы являются: итоговые игровые показы «Праздник танца», награждение каждого ребёнка памятными знаками отличия («Юный танцор») по итогам года, демонстрация достижений через

видео-портфолио группы. Поощрение носит не соревновательный, а стимулирующий характер, направленный на поддержание внутренней мотивации и радости от творчества.

- *Взаимодействие с родителями.* Программа реализуется с учётом преимущественного права родителей на воспитание своих детей. Родители являются полноправными участниками образовательного процесса: получают регулярную обратную связь через цифровые каналы коммуникации (видео-дневники, фотоотчёты), приглашаются на итоговые игровые показы, консультируются педагогом по вопросам поддержки творческого развития ребёнка дома. Воспитательные задачи программы согласуются с ценностями семьи.

Анализ результатов воспитания:

Оценка результативности воспитательного компонента программы осуществляется с учётом её вариативности, добровольности участия и индивидуальных особенностей детей 4 лет. Механизмы оценки не предполагают формализованного тестирования или сравнения детей между собой и включают:

- Педагогическое наблюдение. Основной метод оценки, в процессе которого педагог фиксирует проявление целевых ориентиров воспитания в естественной деятельности детей: эмоциональный отклик на музыку и сверстников, желание участвовать в совместных играх, соблюдение правил взаимодействия, проявление инициативы и заботы о партнёре. Наблюдение ведётся в ходе занятий и отражается в индивидуальной динамике каждого ребёнка.
- Экспертная оценка творческих проявлений. Анализ личностных результатов осуществляется через оценку творческих заданий (этюдов, импровизаций, мини-показов с реквизитом) экспертным сообществом, включающим педагога, родителей и самих детей. В творческих проявлениях неизбежно отражаются такие личностные качества, как эмоциональная открытость, уверенность в себе, способность к самовыражению и сотрудничеству.
- Рефлексия и обратная связь. Используются следующие инструменты:
- Самоанализ детей в доступной для 4 лет форме: эмоциональные реакции, вербальные и невербальные отзывы о занятиях («понравилось/не понравилось», выбор любимой игры).
- Отзывы родителей: анкетирование, беседы, комментарии в цифровых каналах связи, позволяющие оценить изменение отношения ребёнка к занятиям, его эмоциональное состояние, перенос полученных навыков

общения и саморегуляции в повседневную жизнь.

- Материалы видео-портфолио: сравнительный анализ видеозаписей начала и конца учебного года как свидетельство личностного роста, раскрепощённости и формирования устойчивого интереса к искусству.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Дата проведения	Форма проведения
1	«Давайте познакомимся»	Сентябрь	Адаптационное занятие-игра
2	«Правила нашей группы»	Сентябрь	Беседа+ игровое закрепление
3	«Золотая осень»	Октябрь	Танцевальное развлечение
4	«День пожилого человека»	Октябрь	Изготовление открытки + танец для бабушек и дедушек
5	«Мамино сердце»	Ноябрь	Занятие «Мама+ малыш»
6	«Круг дружбы»	Ноябрь	Коллективная игра
7	«Новогодние традиции»	Декабрь	Беседа
8	«Новогоднее представление»	Декабрь	Эстетическое, эмоциональное
9	«Рождественские забавы»	Январь	Развлечение
10	«Наши защитники»	Февраль	Беседа о защитниках отечества
11	«Весенний подарок»	Март	Тематический занятие к 8 марта
12	«День смеха»	Март	Игровое занятие
13	«Звёзды и космос»	Апрель	Танцевальная композиция
14	«День Здоровья»	Апрель	Оздоровительное занятие
15	«Пусть всегда будет солнце»	Май	Беседа о мире
16	«Хореография с улыбкой»	Май	Итоговое занятие

6.Планируемые результаты

По итогам обучения в рамках дополнительной общеразвивающей программы «Хореография с улыбкой: ритмика для самых маленьких» обеспечивается достижение обучающимися следующих результатов:

В области обучения

Знания:

1. Правила безопасного поведения в музыкально-хореографическом зале и правила работы с простейшим танцевальным реквизитом (платочки, мячи, ленты).
2. Основные пространственные ориентиры зала: круг, шеренга, колонна, вращательную; понятия «вперёд/назад», «вправо/влево».

3. Контрастные характеристики музыки: весёлая/грустная, быстрая/медленная, громкая/тихая; простейшие названия музыкально-ритмических движений (хлопок, притоп, шаг, подскок).

Умения:

1. Различать характер, темп и динамику звучащей музыки и передавать их через движение, мимику и жест.
2. Воспроизводить простейшие ритмические рисунки (хлопки, притопы, шлепки) по образцу педагога и в такт музыки.
3. Выполнять базовые музыкально-ритмические движения: обычный шаг, ходьбу на носках, лёгкий бег, приставной шаг, подскоки на двух ногах, кружение на носочках.
4. Ориентироваться в пространстве зала: самостоятельно находить своё место, перестраиваться из круга в шеренгу и обратно, двигаться «враспынную» без столкновений со сверстниками.
5. Согласовывать начало и окончание движения с музыкальным сопровождением и сигналами педагога.
6. Применять простейшие дыхательные упражнения («Задуй свечку», «Понюхай цветочек») и элементы релаксации после активной деятельности.
7. Выполнять упражнения на профилактику плоскостопия и укрепление осанки в игровой форме («Лодочка», «Кошечка», «Бабочка», «Гусеница»).
8. Воплощать в движении и мимике образы животных, сказочных и игровых персонажей; использовать простейший реквизит в танцевально-игровых композициях.

Навыки:

1. Навык эмоционально-выразительного исполнения коротких (до 1–1,5 минут) танцевально-игровых композиций в группе.
2. Навык безопасного и аккуратного обращения с танцевальным реквизитом и музыкальными инструментами.

В области воспитания

Личностные качества и ценностные ориентиры:

1. Устойчивый интерес к музыкально-танцевальной деятельности: ребёнок охотно включается в занятия, проявляет радость от движения и музыки, стремится к повторению понравившихся игр и упражнений.
2. Эмоциональная отзывчивость и эмпатия: способность откликаться на характер музыки и эмоциональное состояние сверстников, выразить собственные чувства (радость, удивление, удовольствие) через мимику, жесты и пластику.
3. Первичные навыки культуры поведения в коллективе: умение слушать педагога, соблюдать правила зала, бережно относиться к общему реквизиту, дожидаться своей очереди, не мешать другим детям.

4. Опыт согласованного взаимодействия со сверстниками: способность действовать в паре (взяться за руки, выполнять движения вместе), в малой группе и в общем пространстве зала, поддерживать партнёра по танцу.
5. Творческая инициатива и самостоятельность: готовность предложить собственный образ, ритмический рисунок или вариант движения; стремление к самовыражению через танец.
6. Элементы самоорганизации: умение самостоятельно готовиться к занятию (переодеваться в сменную обувь, аккуратно складывать вещи), следить за своей осанкой и опрятностью.
7. Уважительное отношение к труду педагога и достижениям сверстников: способность аплодировать другим детям, радоваться общим успехам группы.
8. Положительная личностная позиция по отношению к искусству и здоровому образу жизни: первичное понимание ценности музыки, танца и двигательной активности как источников радости и здоровья.

7. Ресурсное обеспечение

Требования к помещению

Для реализации программы необходим специализированный хореографический зал, соответствующий требованиям СанПиН:

Площадь — не менее 4 м² на одного ребёнка (для группы 12–15 человек — от 50–60 м²);

Зеркала — зеркальная стена длиной не менее 5 м и высотой не менее 1,8 м, установленная на безопасной высоте (нижний край — от 30 см от пола);

Освещение — естественное и искусственное, равномерное, без слепящего эффекта;

Температурный режим — 18–20 °С;

Оформление — эстетичное, мотивирующее (плакаты с танцорами, детские рисунки, декоративные элементы).

1.2. Оборудование и инвентарь

- Зеркальная стенка
- Магнитофон/ аудиосистема с Bluetooth
- Коврики гимнастические
- Теннисные мячи
- Блоки для йоги
- Шкафы для инвентаря
- Скакалки

Требования к форме и обуви обучающихся

1. Обувь: лёгкая, с закрытым носком, фиксирующая голеностоп, на тонкой гибкой подошве (чешки, балетки). Без каблуков.
2. Одежда: удобная, не стесняющая движений (лосины/шорты + футболка/купальник), единый цвет — по желанию учреждения.
3. Волосы: убраны в пучок, не мешающую движениям.
4. Украшения: не допускаются в целях безопасности.

Приёмы и методы организации условий реализации программы

Образовательный процесс строится на основе игровой модели обучения и включает следующие методы и приёмы:

Метод / приём	Применение в программе
Игровой метод	Ведущий метод для всех разделов; освоение навыков через игру, сказочные образы, имитацию
Наглядный метод	Показ движений педагогом, использование зеркал, наглядных схем построений
Словесный метод	Краткие образные объяснения («лисичка крадётся», «мячики прыгают»), музыкальные сигналы
Практический метод	Многократное повторение движений в игровой форме, прогон композиций
Метод эмоционально-образного проживания	Передача характеров животных и сказочных героев через движение и мимику
Метод здоровьесбережения	Чередование активной и спокойной деятельности, дыхательные паузы, релаксация
Метод ситуации успеха	Поощрение каждого ребёнка, избегание сравнения между детьми

Картотеки и методические материалы педагога

Наименование	Назначение	Раздел программы
Картотека музыкально-подвижных игр (не менее 50 позиций)	Разучивание игр, смена деятельности	Разделы 2, 3
Картотека ритмических упражнений	Развитие чувства ритма	Раздел 2
Картотека упражнений на профилактику плоскостопия	Здоровьесбережение	Раздел 4
Картотека дыхательных упражнений	Релаксация, снятие напряжения	Раздел 4
Картотека образных этюдов	Образная пластика	Раздел 5
Аудио-библиотека с тематическим делением	Музыкальное сопровождение занятий	Все разделы
Видео-дневник группы (цифровой архив)	отчётность	Все разделы

Формы подведения итогов по темам и разделам программы

Формы подведения итогов дифференцированы по темам и разделам и соответствуют возрастным возможностям детей 4 лет. Все формы носят игровой характер и не предполагают стрессового контроля.

Раздел / Тема	Форма подведения итогов	Периодичность
Раздел 1. Вводный	Педагогическое наблюдение за адаптацией и эмоциональным откликом	По итогам первых занятий
Тема 2.1. Характер и настроение музыки	Игровая диагностика «Угадай мелодию»	По завершении темы
Тема 2.2. Развитие чувства ритма	Игровая диагностика «Музыкальное эхо», видеофиксация	По завершении темы
Тема 3.1. Ходьба и бег	Наблюдение за согласованностью движений с музыкой	В процессе занятий
Тема 3.2. Танцевальные шаги	Игровая эстафета, выполнение заданий по образцу	По завершении темы
Тема 3.3. Ориентация в пространстве	Игра «Найди свой домик»	По завершении темы
Тема 4.1. Осанка и мышечный корсет	Визуальное наблюдение за осанкой	В процессе занятий
Тема 4.2. Профилактика плоскостопия	Наблюдение за постановкой стопы	В процессе занятий
Тема 4.3. Дыхание и релаксация	Наблюдение за эмоциональным состоянием	В процессе занятий
Тема 5.1. Образная пластика	Творческое задание: показ этюда	По завершении темы
Тема 5.2. Работа с реквизитом	Мини-показ с реквизитом	По завершении темы
Тема 6.1. Репетиция композиции	Прогон композиции	Еженедельно в рамках темы
Тема 6.2. Итоговое занятие	Итоговое игровое занятие «Праздник танца», видеофиксация, отзывы родителей	1 раз в год

Педагогический инструментарий оценки эффективности программы

Оценка эффективности программы осуществляется на основе комплексного подхода, включающего несколько взаимодополняющих инструментов.

Диагностические инструменты

Инструмент	Назначение	Периодичность
Видеофиксация занятий	Сравнительный анализ индивидуальной динамики ребёнка	Начало и конец учебного года
Игровые диагностические задания	Оценка освоения ритмических и двигательных навыков	2 раза в год
Анкета для родителей	Оценка удовлетворённости, перенос навыков в семью	1 раз в год

Самоанализ детей в доступной форме	Эмоциональные реакции, выбор любимой игры	В процессе занятий
------------------------------------	---	--------------------

Критерии оценки эффективности программы

Эффективность программы оценивается по следующим критериям:

Критерий	Показатели
Музыкальность	Ребёнок различает темп, динамику, характер музыки; двигается в соответствии с музыкальным сопровождением
Двигательная координация	Ребёнок выполняет базовые движения координированно, ориентируется в пространстве зала
Эмоциональная отзывчивость	Ребёнок проявляет эмоциональный отклик на музыку мимикой, жестами и движением
Социально-коммуникативное развитие	Ребёнок взаимодействует со сверстниками, соблюдает правила зала
Здоровьесбережение	Ребёнок выполняет упражнения на осанку, профилактику плоскостопия, дыхательные упражнения

Уровни освоения программы

Для детей 4 лет оценка проводится по уровням проявления, без сравнения между детьми:

Уровень	Характеристика
Высокий	Ребёнок самостоятельно выполняет задания, проявляет инициативу, выразительность, эмоциональную вовлечённость
Средний	Ребёнок выполняет задания с помощью педагога, проявляет интерес, но нуждается в поддержке
Низкий	Ребёнок требует индивидуальной поддержки, адаптации заданий, дополнительного времени на освоение

Формы представления результатов оценки

Форма	Содержание	Аудитория
Видео-дневник группы	Наглядная демонстрация прогресса	Родители
Итоговые игровые показы	Демонстрация освоенных навыков	Родители, педагогическое сообщество
Годовой отчёт педагога	Обобщение результатов работы по программе	Администрация учреждения
Анкетирование родителей	Оценка удовлетворённости программой	Родители

8. Список литературы

Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2025). — Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. — URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 18.08.2026).
2. Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (с изм. и доп.). — Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. — URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 18.08.2026).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"» (с изм. от 24.12.2025, действ. с 01.03.2026). — Текст: электронный // КонсультантПлюс. — URL: <https://www.consultant.ru> (дата обращения: 18.08.2026).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"» (с изм. от 01.01.2026, действ. до 31.12.2026). — Текст: электронный // КонсультантПлюс. — URL: <https://www.consultant.ru> (дата обращения: 18.08.2026).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 14 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи"» (вступает в силу с 01.09.2026). — Текст: электронный // КонсультантПлюс. — URL: <https://www.consultant.ru> (дата обращения: 18.08.2026).
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». — Текст: электронный // Гарант. — URL: <https://base.garant.ru> (дата обращения: 18.08.2026).
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 744-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года». — Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. — URL: <http://pravo.gov.ru> (дата обращения: 18.08.2026).

8. Паспорт национального проекта «Кадры», утверждён президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 03.09.2024 № 9). — Текст: непосредственный.

Основная литература (для педагога):

1. Бекина, С. И. Музыка и движение: упражнения, игры и танцы для детей 3–7 лет / С. И. Бекина, А. М. Лазарева, М. Л. Ломонсова. — Москва: Просвещение, 2022. — 256 с. — ISBN 978-5-09-102761-5. — Текст: непосредственный.
2. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А. И. Буренина. — 3-е изд., доп. — Санкт-Петербург: Музыкальная палитра, 2021. — 224 с. — ISBN 978-5-98673-112-1. — Текст: непосредственный.
3. Доронова, Т. Н. Музыкально-ритмическое развитие дошкольников: методическое пособие для педагогов ДОО и организаций дополнительного образования / Т. Н. Доронова. — Москва: Просвещение, 2022. — 128 с. — ISBN 978-5-09-103456-8. — Текст: непосредственный.
4. Зацепина, М. Б. Музыкальное воспитание в детском саду: программа и методические рекомендации для всех возрастных групп / М. Б. Зацепина. — Москва: Мозаика-Синтез, 2021. — 96 с. — ISBN 978-5-4315-1632-0. — Текст: непосредственный.
5. Каплунова, И. А. Праздник каждый день: программа музыкального воспитания детей 3–4 лет / И. А. Каплунова, И. О. Новоскольцева. — Санкт-Петербург: Композитор, 2020. — 192 с. — ISBN 978-5-7379-0867-4. — Текст: непосредственный.
6. Картушина, М. Ю. Хореография в детском саду: методические рекомендации и конспекты занятий / М. Ю. Картушина. — Москва: Сфера, 2023. — 160 с. — (Программа развития). — ISBN 978-5-9949-2847-5. — Текст: непосредственный.
7. Кузнецова, Е. В. Танцевально-игровая гимнастика для дошкольников: 120 упражнений и игровых композиций / Е. В. Кузнецова. — Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2024. — 144 с. — ISBN 978-5-907775-12-6. — Текст: непосредственный.
8. Радынова, О. П. Музыкальное развитие детей: в 2 ч. / О. П. Радынова. — Москва: Владос, 2019. — Ч. 1. — 224 с. — ISBN 978-5-7695-9821-0. — Текст: непосредственный.
9. Фирилёва, Ж. Е. Са-Фи-Дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. Современные подходы / Ж. Е. Фирилёва, Е. Г. Сайкина. — Санкт-

Петербург: Детство-Пресс, 2023. — 160 с. — ISBN 978-5-907775-08-9.
— Текст: непосредственный.

10. Шевченко, А. В. Ритмика для дошкольников: учебно-методическое пособие для педагогов ДОО и ДОД / А. В. Шевченко. — Москва: Творческий Центр Сфера, 2022. — 128 с. — ISBN 978-5-9949-2567-6. — Текст: непосредственный.

Дополнительная литература (для педагога):

1. Алямовская, В. Г. Здоровьесберегающие технологии в работе с дошкольниками: методические рекомендации / В. Г. Алямовская. — Москва: Линка-Пресс, 2020. — 128 с. — ISBN 978-5-86775-148-5. — Текст: непосредственный.
2. Вершинина, Н. Б. Современное дополнительное образование детей: теория и практика реализации / Н. Б. Вершинина, Т. А. Широкова. — Москва: Юрайт, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-9916-3427-1. — Текст: непосредственный.
3. Ермолаев, С. Д. Современные здоровьесберегающие технологии в образовании: монография / С. Д. Ермолаев, Т. Н. Осокина. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 192 с. — ISBN 978-5-16-019823-4. — Текст: непосредственный.
4. Ковалько, В. И. Игровая физкультура и здоровьесбережение дошкольников: 150 занятий и упражнений / В. И. Ковалько. — Москва: ВАКО, 2021. — 208 с. — ISBN 978-5-408-04567-6. — Текст: непосредственный.
5. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития / В. С. Мухина. — 16-е изд., стер. — Москва: Академия, 2020. — 608 с. — ISBN 978-5-7695-5067-7. — Текст: непосредственный.
6. Смирнова, Е. О. Психология дошкольника: учебное пособие для вузов / Е. О. Смирнова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Мозаика-Синтез, 2021. — 240 с. — ISBN 978-5-4315-0009-7. — Текст: непосредственный.
7. Федорова, Л. В. Педагогика дополнительного образования детей: учебник для вузов / Л. В. Федорова. — Москва: Юрайт, 2023. — 312 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-2876-0. — Текст: непосредственный.
8. Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. — 5-е изд. — Москва: Юрайт, 2022. — 360 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-9916-1745-9. — Текст: непосредственный.

Периодические издания и методические статьи

1. Антонова, Т. В. Развитие чувства музыкального ритма у детей дошкольного возраста / Т. В. Антонова. — Текст: электронный // Музыкальный руководитель. — 2025. — № 9. — URL: https://dovosp.ru/magazine_music_director/zhurnal-muzykalnyj-rukovoditel-9-2025 (дата обращения: 18.08.2026).
2. Бужак, В. Палочки тук-тук: музыкальная игра для детей 3–4 лет / В. Бужак, М. Бобрович. — Текст: непосредственный // Музыкальный руководитель. — 2025. — № 4.
3. Грибановская, Л. А. Игры и упражнения с мячом / Л. А. Грибановская. — Текст: непосредственный // Дошкольное воспитание. — 2025. — № 6.
4. Силаева, Л. С. Хотьковские мячики: подвижные игры / Л. С. Силаева. — Текст: непосредственный // Дошкольное воспитание. — 2024. — № 1.
5. Синегубова, Л. М. Плясовая: музыкально-дидактическая игра для детей младшего дошкольного возраста / Л. М. Синегубова. — Текст: электронный // Музыкальный руководитель. — 2025. — № 7. — URL: https://dovosp.ru/magazine_music_director/zhurnal-muzykalnyj-rukovoditel-7-2025 (дата обращения: 18.08.2026).
6. Филимончева, Е. Ритмическая полянка: музыкально-дидактическое пособие для детей 4–7 лет / Е. Филимончева. — Текст: электронный // Музыкальный руководитель. — 2025. — № 4. — URL: https://dovosp.ru/magazine_music_director/zhurnal-muzykalnyj-rukovoditel-4-2025 (дата обращения: 18.08.2026).

Литература для родителей и детей:

1. Буренина, А. И. Ура, ритмика!: учебно-методическое пособие / А. И. Буренина. — Санкт-Петербург: Музыкальная палитра, 2019. — 160 с. — Текст: непосредственный.
2. Доронова, Т. Н. Играем в танец: для родителей детей 3–5 лет / Т. Н. Доронова. — Москва: Мозаика-Синтез, 2021. — 64 с. — ISBN 978-5-4315-0074-6. — Текст: непосредственный.
3. Кузнецова, Е. В. Ритмические игры дома: 50 упражнений для занятий с ребёнком / Е. В. Кузнецова. — Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2024. — 80 с. — ISBN 978-5-907775-25-6. — Текст: непосредственный.
4. Смирнова, Е. О. Как понять своего ребёнка: психология дошкольника для родителей / Е. О. Смирнова. — Москва: Мозаика-Синтез, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5-4315-0478-9. — Текст: непосредственный.

Интернет-ресурсы:

9. Инфоурок: международный образовательный портал: методические материалы по хореографии для детей 3–7 лет. — Обновляется в течение суток. — URL: <https://infourok.ru/biblioteka/horeografiya> (дата обращения: 18.08.2026). — Текст: электронный.
10. Маам.ру: портал для педагогов дошкольного образования: раздел «Танцы и видео для младшей группы». — Обновляется в течение суток. — URL: <https://www.maam.ru/obrazovanie/tancy-video/mladshaya-gruppa> (дата обращения: 18.08.2026). — Текст: электронный.
11. НС Портал: социальная сеть работников образования: методические материалы для дошкольных образовательных организаций. — Обновляется в течение суток. — URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2025/03/21/metodicheskie-rekomendatsii-po-horeografii-dlya-raboty-s-detmi> (дата обращения: 18.08.2026). — Текст: электронный.
12. DanceHelp: образовательная платформа для педагогов хореографии: методические материалы для дошкольников. — Обновляется в течение суток. — URL: <https://dancehelp.ru/lp/K128/> (дата обращения: 18.08.2026). — Текст: электронный.