

Управление образования Березовского муниципального округа
Березовское муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете

БМАУДО ЦДТ

Протокол № 6 от 01.07.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор БМАУДО ЦДТ

 Е.В. Комарова

Приказ № 109 от 01.07.2026г.

Рабочая программа педагога
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
«Ритмы детства»

Возраст учащихся: 3-5 лет

Срок реализации: 1 год

Составители программы:

Саксонова Анастасия Ивановна

Шульмина Виктория Анатольевна

педагоги дополнительного образования

г. Березовский

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмы детства» составлена с учетом программы дополнительного образования «Развитие ребенка средствами хореографии» педагога дополнительного образования Жуковой В.П., для детей дошкольного возраста, утвержденной Министерством общего и профессионального образования Свердловской области.

Программа «Ритмы детства» предполагает освоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии, исполнение простых танцевальных композиций и танцев. Предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей в мир хореографии, познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами и стилями, поможет обучающимся творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

Цель и задачи программы

Цель программы – Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья с помощью занятий хореографией.

Задачи программы:

Образовательные:

- Обучить детей основам хореографии;
- Развить чувство коллективизма.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Планируемые результаты.

Обучающиеся умеют:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, исполнить музыкальное вступление preparation;
- исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки;
- давать характеристику прослушанному музыкальному произведению.

Обучающиеся знают:

- правила исполнения движений;
- значение хореографии для человека.

Личностные результаты:

- готовность и способность к саморазвитию;
- сформированность мотивации к обучению и познанию.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего	Формы контроля
1.	Воспитание музыкальной культуры.	8	-	8	Контрольное упражнение, защита творческой работы
2.	Игровые танцевальные движения и элементы танца	-	63	63	Беседа, Контрольное упражнение
3.	Итоговая аттестация	-	1	1	Защита творческой работы,
	Всего	8	64	72	

Календарно-тематическое планирование на 2026-2027 учебный год

Месяц	Название темы	Содержание занятий	Часы	Примечание
сентябрь	Воспитание музыкальной культуры	Понятие «мелодия». Характер мелодии. Зависимость движения от характера мелодии.	1	
сентябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Понятие «исходное положение»	1	
сентябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Понятие «полупальцы». Первые анатомические сведения о строении тела.	1	
сентябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Подвижность колен, бёдер, стоп. Понятие «твёрдые и мягкие мышцы»	1	
сентябрь	Воспитание музыкальной культуры	Темп музыки. Ускорение и замедление.	1	
сентябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Понятие «тяжесть тела», «перенос тяжести тела».	1	

сентябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Понятие наклон, поворот головы.	1	
сентябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Подвижность плечевого пояса.	1	
октябрь	Воспитание музыкальной культуры	Музыкальное вступление.	1	
октябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Понятия: линии, колонки, круг, интервал, равнение в линиях и колонках.	1	
октябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Понятие - полный поворот, полповорота, поворот направо, налево.	1	
октябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Диагональ.	1	
октябрь	Воспитание музыкальной культуры	Музыкальная фраза.	1	
октябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Постановка корпуса.	1	
октябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Основные положения рук.	1	
октябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Упражнения на расслабление и напряжение мышц	1	
октябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Подвижность плечевого пояса.	1	
ноябрь	Воспитание музыкальной культуры .	Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов.	1	
ноябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Построение в круг и в пары друг за другом Построение в колонну и шеренгу	1	
ноябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика ; Сгибание и разгибание ног, в положении лёжа на животе и спине	1	

ноябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика Наклоны корпусом вправо, влево и вперёд, ноги вертикально разведены не менее чем на 90 градусов;	1	
ноябрь	Воспитание музыкальной культуры .	Характеристика музыкальных образов.	1	
ноябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика ; Развитие силы мышц и подвижности суставов ног. Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп.	1	
ноябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика ; Упражнения для подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц	1	
ноябрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Притоп-удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп	1	
декабрь	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
декабрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Танцевальные шаги ; на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной), ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	1	
декабрь	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
декабрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика; Основные правила движений при партерной гимнастике	1	
декабрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика ; Выработка осанки, выворотности и эластичности голеностопного и тазобедренного суставов.	1	
декабрь	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
декабрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика ; Упражнения для гибкости позвоночника	1	
декабрь	Танцевальные движение и элементы танца.	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	1	
декабрь	Танцевальные движение и элементы танца.	«Ковырялочка»	1	
январь	Танцевальные движение и	Упражнения на плавность движений, махи, пружинность	1	

	элементы танца.			
январь	Танцевальные движение и элементы танца.	Упражнения, для тазобедренных суставов эластичности мышц, бедра	1	
январь	Танцевальные движение и элементы танца.	Упражнения для подвижности коленных суставов	1	
январь	Воспитание музыкальной культуры .	Использование в музыкальном сопровождении движения замедления и ускорения.	1	
январь	Танцевальные движение и элементы танца.	Прямой и боковой галоп.	1	
январь	Танцевальные движение и элементы танца.	Прыжки; По первой и второй позиции ног	1	
январь	Танцевальные движение и элементы танца.	Прыжки ; Sotte по шестой позиции	1	
февраль	Воспитание музыкальной культуры.	Развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки	1	
февраль	Воспитание музыкальной культуры.	Развитие умения передавать различные оттенки настроения (весёлое - грустное, шаловливое, спокойное, радостное, беспокойное и т. д.).	1	
февраль	Танцевальные движение и элементы танца.	Ритмика; Понятие сильной и слабой доли	1	
февраль	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика; Упражнения, связанное с сокращением и вытягиванием стоп.	1	
февраль	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика; Упражнения развивающие подвижность локтевого сустава, повышающий эластичность мышц плеча и предплечья;	1	
февраль	Воспитание музыкальной культуры.	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
февраль	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика; «велосипед», «лодочка», «бабочка», «лягушка», «мостик», «свеча», «гора», «корзиночка», «качели».	1	

март	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
март	Танцевальные движение и элементы танца.	Танцевальные шаги ; на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной), ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	1	
март	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
март	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика; Основные правила движений при партерной гимнастике	1	
март	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика ; Выработка осанки, выворотности и эластичности голеностопного и тазобедренного суставов.	1	
март	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
март	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика ; Упражнения для гибкости позвоночника	1	
март	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство.	1	
апрель	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения, развивающее музыкальное чувство. Понятие начало и конец музыкальной фразы	1	
апрель	Танцевальные движение и элементы танца.	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной)	1	
апрель	Танцевальные движение и элементы танца.	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена на полупальцах	1	
апрель	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения развивающие музыкальное чувство. Понятие начало и конец музыкальной фразы	1	
апрель	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика; Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и голеностопного и тазобедренного суставов	1	
апрель	Танцевальные движение и элементы танца.	Партерная гимнастика; Releve lian (медленное поднимание ноги) упражнения для гибкости позвоночника	1	
апрель	Танцевальные движение и элементы танца.	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	1	

апрель	Воспитание музыкальной культуры .	Упражнения развивающие музыкальное чувство. Понятие начало и конец музыкальной фразы	1	
апрель	Танцевальные движение и элементы танца.	Комбинированные движения. Перевороты через плечо. Колесо.	1	
май	Воспитание музыкальной культуры .	Прослушивание и характеристика музыки для постановки танца.	1	
май	Танцевальные движение и элементы танца.	Комбинированные движения. Перевороты через плечо. Колесо.	1	
май	Воспитание музыкальной культуры .	Понятие «канон»	1	
май	Танцевальные движение и элементы танца.	Перекаты с одного бедра на другое. Танец «Фантазеры»	1	
май	Танцевальные движение и элементы танца.	Перекаты с одного бедра на другое. Танец «Фантазеры»	1	
май	Воспитание музыкальной культуры .	Развитие музыкальности, эмоциональности.	1	
май	Танцевальные движение и элементы танца.	Танцевальные движения в парах. Танец «Фантазеры»	1	
май	Танцевальные движение и элементы танца.	Перестроения из линий в круг, квадрат, колона.	1	
май	Итоговая аттестация	Открытый урок. Отчетный концерт.	1	
		ИТОГО:72 часа.		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990680

Владелец Комарова Елена Владимировна

Действителен с 03.04.2026 по 03.04.2027