

с.Омутинское, 2026 г.

Пояснительная записка

Ритмика является одним из предметов, входящих в систему музыкального воспитания детей. В основе ритмики лежит изучение тех элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении. Ритмика – это, один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Обучать ритмике необходимо всех обучающихся, развивая в них глубокое «чувствование», проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях. Задача педагога – научить обучающихся двигаться в характере музыки, передавая ее темповые, динамические, метроритмические особенности.

Занятия ритмикой помогают усвоить основные музыкально-теоретические понятия, развивают слух и память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки. В процессе работы над движениями, связанными с музыкой, формируется художественный вкус обучающихся, развиваются их творческие способности, чувство прекрасного. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Работа в области музыкально-ритмического воспитания способствует дальнейшему развитию навыков танцевальных движений, умения выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, передавая в танце эмоционально-образное содержание.

Актуальность

Данная образовательная программа характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области танцевального искусства. Дети начинают танцевать уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

Такой интерес и востребованность в дополнительных образовательных услугах художественно-эстетического направления привело нас к созданию образовательной программы танцевального кружка «Топотушки».

Образовательная программа дополнительного образования детей «Топотушки» предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей 5–6-и лет в мир танца, с помощью игровых технологий познакомить с некоторыми жанрами, видами и стилями танца. Программа поможет дошкольникам творчески развиваться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации. Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес.

У детей формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в пластике. Дети впервые могут надеть сценический костюм, подготовленный специально к танцевальному номеру. С непосредственным участием родителей дети выступят на своих первых концертах и праздниках. Все это, несомненно, содействует усилению воспитательного эффекта, проводимого в комплексе семьи и образовательного учреждения.

Новизной и отличительной особенностью кружка «Топотушки» чаще всего строится на адаптации «взрослых» хореографических техник и подходов к возможностям дошкольников и на интеграции разных видов деятельности. Ключевые варианты новизны:

- Игровая и сюжетная подача хореографии. Вместо формального разучивания движений педагог строит занятие как мини-спектакль или путешествие: дети «превращаются» в персонажей, а каждое движение получает образное название («зайчик прыгает», «ветер качает деревья»). Это делает хореографию понятной и мотивирующей для малышей.
- Интеграция хореографии, ритмики, партерной гимнастики и основ актёрского мастерства. Программа не ограничивается только танцами, а объединяет развитие координации, гибкости, музыкальности и выразительности. Такой комплексный подход даёт более сбалансированный результат.
- Акцент на импровизации и самостоятельном творчестве. Детей учат не только повторять движения, но и придумывать свои варианты, комбинировать элементы, танцевать под незнакомую музыку. Это развивает креативность и уверенность в себе.
- Использование здоровьесберегающих технологий. В занятия включают партерную гимнастику, дыхательные и релаксационные упражнения, чередуют нагрузку и отдых, учитывают возрастные ограничения. Это снижает риск переутомления и формирует правильную осанку и двигательные навыки.
- Связь с другими образовательными областями. Хореография становится инструментом для развития речи (проговаривание ритмических формул, обсуждение образов), математических представлений (ориентировка в пространстве, перестроения) и эмоционального интеллекта (передача разных настроений через движение).
- Применение современных образовательных инструментов. Использование ИКТ (видеофрагменты танцев, интерактивные ритмические игры), тематических карточек, реквизита и костюмов из бросового материала делает занятия более наглядными и увлекательными.

Практическая значимость программы

- развитие умения воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер;
- развитие музыкальной памяти и внимания;
- развитие координации движений, пластичности и мягкости;
- формирование навыков группового взаимодействия, воспитание чувства такта и культурных привычек.

Категория воспитанников: для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

Срок реализации программы – с 01 октября по 31 мая

Режим проведения занятий: 1 занятие в неделю

Продолжительность занятия: 25 минут.

Форма обучения: очная

Формы организации образовательного процесса: групповые

Количество детей в группах: не более 12 человек

Цель:

Развитие творческих способностей дошкольников посредством танцевального искусства.

Задачи:

Образовательные:

- формирование умения выполнять движения в соответствии с текстом песен и потешек, способствующих развитию речи.

Развивающие:

- развитие умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения.

Воспитательные:

- воспитание толерантности.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения нацелены на освоение, закрепление чувства ритма, умение передавать в движениях характер музыки (веселый, грустный, игривый)
- пляски: парные, народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Методы проведения занятия:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально-групповая;

Ожидаемый результат

Ожидаемые результаты направлены на комплексное развитие дошкольника через танец и ритмику.

- Раскрытие и развитие творческих задатков. Программа помогает детям проявить себя: через пластику и движение под музыку ребёнок учится самовыражаться.
- Развитие музыкальности и чувства ритма. Ребёнок учится слышать музыку, эмоционально на неё откликаться и передавать характер произведения в движениях.
- Овладение танцевальными навыками. Дети осваивают базовые движения, учатся соединять их в простые танцевальные связки, работать в паре.
- Физическое развитие. В ходе занятий улучшаются двигательные качества: координация, сила, выносливость, гибкость, ловкость.
- Развитие других сфер. Помимо двигательных навыков, стимулируются умственные способности (внимание, память, воображение) и эмоциональная сфера.
- Формирование нравственно-коммуникативных качеств. В процессе совместных занятий дети учатся взаимодействовать в группе, проявлять чувство такта и взаимоуважения.
- Артистизм и сценическая выразительность. К концу обучения дети способны исполнять разученные танцы артистично, музыкально точно, используя средства выразительности.

Диагностическая карта

Н – начало года

К- конец года

0-1 – навык не сформирован

0-1 – низкий уровень

4-2 – частично сформирован

4-2 – средний уровень

5 – сформирован полностью

5 – высокий уровень

по методике «Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка на хореографических занятиях» А.И. Бурениной

[illegible]

Перспективный план занятий кружка «Топотушки»

ОКТЯБРЬ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
1	«Цыплята»	Танцевальный этюд	Развитие музыкальности, умение координировать движения с музыкой.
2	«Упражнения с цветами»	Нейро упражнение	Способствовать развития точности движений, мягкости, плавности движений.
3	«Упражнения с осенними листьями»	Нейро упражнение	Способствовать развитию координации движений, подвижности нервных процессов, внимания, памяти.
4	«Осенний вальс»	Танцевальная композиция	Способствовать умению ориентироваться, перестраиваться.

НОЯБРЬ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
1	«Мячик»	Танцевальный этюд	Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации.
2	«Кошки – мышки»	Танцевальный этюд	Развитие внимания, скорости реакции, точности и ловкости движений, а также на развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике, доверительного и теплого отношения друг к другу.
3	«Озорники»	Танцевальный этюд	Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие памяти и внимания, умение сочетать движения с музыкой в быстром темпе.
4	«Озорные лягушата»	Танцевальная композиция	Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии. Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма. Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания, способности к импровизации. Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.

ДЕКАБРЬ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
---	--------------	---------	------------------------

1	«Рыбачек»	Танцевальный этюд	Развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песенки в движениях.
2	«Кукол – неваляшек»	Танцевальный этюд	Развитие выразительности пластики, воспитание вести себя в группе во время движения.
3	«Веселая пастушка»	Танцевальный этюд	Способствовать развитию радоваться и сопереживать, формирование чувства такта.
4	«Кукла»	Танцевальная композиция	Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

ЯНВАРЬ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
1	«Кукла»	Танцевальная композиция	Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности: воспитание умения сопереживать другим людям и животным; воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения.
2	«Озорные лягушата»	Танцевальная композиция	Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии. Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма. Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания, способности к импровизации. Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.

ФЕВРАЛЬ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
1	«Рыбачек»	Танцевальный этюд	Развитие координации, точности движений, выразительности.
2	«Марш»	Танцевальный этюд	Формирование правильной осанки, красивой походки, эмоциональной выразительности движений.
3	«Морячка»	Танцевальная композиция	Развитие двигательных качеств и умений: развитие ловкости, точности, координации движений; формирование правильной осанки, красивой походки; развитие умения ориентироваться в

				пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
4	«Море волнуется...»	Танцевальная композиция		закрепить полученные навыки, развивать умение двигаться в соответствии с музыкой, обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

МАРТ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
1	«Подарок маме»	Танцевальный этюд	способствовать развитию выразительности движений, чувства ритма, способности к импровизации. Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.
2	Способствовать развитию выразительности движений, чувства ритма, способности к импровизации.	Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.	развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений, передавать в танце характерные виды движений.
3	«Чудесные превращения»	Танцевальный этюд	Способствовать развитию умений воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание; развитие музыкальной памяти, внимания; развитие координации движений, пластичности, мягкости.
4	«Оранжевое лето...»	Танцевальный этюд	Развитие и тренировка психических процессов: развитие умения начинать и заканчивать движения вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способности координировать слуховые представления и двигательную реакцию; развитие умения выражать свои эмоции в мимике; тренировка подвижности нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, формой и ритмом музыки.

АПРЕЛЬ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
1	«Маска знаю...»	Танцевальный этюд	Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации
2	«Ах карнавал...»	Танцевальный этюд	Развитие внимания, точности

				движений, развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике, доверительного и теплого отношения друг к другу.
3	«Все маски в гости к нам...»		Танцевальная композиция	развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
4	«Карнавал»		Танцевальная композиция	Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания, способности к импровизации. Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии. Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма.

МАЙ

N	Тема занятия	Техника	Программное содержание
1	«Капельки»	Танцевальный этюд	Развитие музыкальности, умение координировать движения с музыкой.
2	«Упражнения с цветами»	Музыкально-ритмическая композиция	Способствовать развития точности движений, мягкости, плавности движений.
3	«После дождя»	Танцевальный этюд	Способствовать развитию координации движений, подвижности психических процессов, внимания, памяти.
4	«Вальс цветов»	Танцевальная композиция	Способствовать умению ориентироваться, перестраиваться.

**Учебный план дополнительной общеразвивающей программы
художественно-эстетической направленности
«Топотушки» (5-6 лет)**

№ п/п	Тема занятия	Практическое занятие	Количество занятий всего
1	Танцевальный этюд «Цыплята»	1	1
2	Нейроупражнение с цветами	1	1
3	Нейроупражнение с осенними листьями	1	1
4	Танцевальная композиция «Осенний вальс»	1	1
5	Танцевальный этюд «Мячик»	1	1
6	Танцевальный этюд «Кошки – мышки»	1	1
7	Танцевальный этюд «Озорники»	1	1
8	Танцевальная композиция «Озорные лягушата»	2	2
9	Танцевальный этюд «Рыбачек»	1	1
10	Танцевальный этюд «Кукла – неваляшка»	1	1
11	Танцевальный этюд «Веселая пастушка»	1	1
12	Танцевальная композиция «Кукла»	2	2
13	Танцевальный этюд «Рыбачек»	1	1
14	Танцевальный этюд «Марш»	1	1
15	Танцевальный этюд «Морячка»	1	1
16	Танцевальная композиция «Море волнуется...»	1	1
17	Танцевальный этюд «Подарок маме»	1	1
18	Способствовать развитию выразительности движений, чувства ритма, способности к импровизации.	1	1
19	Танцевальный этюд «Чудесные превращения»	1	1
20	Танцевальный этюд «Оранжевое лето...»	1	1
21	Танцевальный этюд «Маска я тебя знаю...»	1	1
22	Танцевальный этюд «Ах карнавал...»	1	1
23	Танцевальная композиция «Все маски в гости к нам»	1	1
24	Танцевальная композиция «Карнавал»	1	1
25	Танцевальный этюд «Капельки»	1	1
26	Музыкально-ритмическая композиция «Упражнения с цветами»	1	1
27	Танцевальный этюд «После дождя»	1	1
28	Танцевальная композиция «Вальс цветов»	1	1
Всего		30	30

Список использованной литературы

1. А. И. Буренина. Программа “Ритмическая мозаика”.
2. Т. И. Капашникова. Программа музыкально-ритмического воспитания. – ИГПК №1, 2007.
3. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребенка. — М.: Просвещение,
4. Далькроз Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. СПб — 1922.
5. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. — М., 1960.
6. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.: Физкультура и спорт, 1985.
7. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 1999