

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД № 42 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад № 42  
Протокол от 29.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детский сад № 42  
Л. Н. Сидорова  
Приказ от 01.09.2025 № 33-ОД

Учтено мнение Совета родителей

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА»**

Срок освоения: 1 год  
Возраст обучающихся: 3-4 года

Разработчик:  
Кирпикова И.А.  
педагог дополнительного образования

## **Содержание**

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 1.  | Пояснительная записка                                      | 3  |
| 1.1 | Направленность программы                                   | 3  |
| 1.2 | Адресат программы  | 3  |
| 1.3 | Актуальность программы                                     | 3  |
| 1.4 | Отличительные особенности программы                        | 3  |
| 1.5 | Уровень освоения программы                                 | 4  |
| 1.6 | Объем и срок освоения программы                            | 4  |
| 1.7 | Цель и задачи программы                                    | 4  |
| 1.8 | Планируемые результаты освоения программы                  | 4  |
| 1.9 | Организационно-педагогические условия реализации программы | 4  |
| 2   | Учебный план   | 5  |
|     | Календарный учебный график                                 | 6  |
|     | Рабочая программа  | 7  |
| 1.  | Особенности организации образовательного процесса          | 8  |
| 2.  | Задачи программы   | 8  |
| 3.  | Содержание программы                                       | 8  |
| 4   | Планируемые результаты освоения программы                  | 10 |
| 5   | Этапы работы   | 10 |
| 6   | Учебно-методическое обеспечение                            | 12 |
| 7   | Оценочные материалы  | 12 |
| 8   | Список литературы  | 12 |

## **1. Пояснительная записка**

Программа разработана в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Обучение детей, по данной рабочей программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

### **1.1. Направленность программы**

Направленность программы: художественная

### **1.2. Адресат программы**

Программа предназначена для детей дошкольного возраста. Возраст детей, участвующих в реализации данной программы – 3-4 года.

### **1.3. Актуальность программы**

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синергетичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства. Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Предлагаемая Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

### **1.4 Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации

учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний.

## **1.5 Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы – общекультурный.

## **1.6 Объем и срок освоения программы**

Объём программы - 32 часа

Срок освоения программы – 1 год

## **1.7 Цель и задачи программы:**

**Цель программы** — формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений, развитие личности ребёнка.

### **Задачи программы:**

- овладение знаниями о разных стилях танца;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарно- понятийного багажа;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.
- развитие координации, укрепление здоровья;
- совершенствование психомоторных способностей детей;
- активизация и развитие творческих и сил, гибкости, пластичности, координации, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- укрепление опорно- двигательного аппарата
- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроя;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе, вести себя в обществе;
- воспитание в детях силы воли, трудолюбия, дисциплины.

## **1.8 Планируемые результаты освоения программы**

В процессе усвоения данной программы к концу года мы добиваемся следующих результатов:

**Первый год** обучения (младшая группа). Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нём, умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы комплексы упражнений первого года обучения. В музыкально- подвижной игре умеют представлять образы различных зверей, птиц, фигуры.

## **1.9 Организационно-педагогические условия реализации программы**

- Язык реализации: русский
- Форма обучения: очная

- Условия набора в группу: принимаются все желающие
- Условия формирования групп: набор детей происходит с учетом возрастных особенностей.
- Форма организации - совместная деятельность – подгрупповая (до 15 человек). Деятельность проводится 1 раз в неделю, продолжительность в зависимости от возраста детей.
- Формы проведения дополнительной образовательной деятельности:
  - Фронтальная: работа педагога со всеми детьми одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
  - Групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь и т.п.) в малых группах, в том числе в парах;
  - Индивидуальная: организуется для отработки отдельных навыков.
- Методическое обеспечение программы: зал для занятий, музыкальный центр, подборка музыкальных произведений, музыкальный и спортивный инвентарь для танцев

## **2. Учебный план обучения**

| №<br>п\п | Название темы  | Количество занятий |        |          |
|----------|--|--------------------|--------|----------|
|          |  | Всего              | Теория | Практика |
| 1        | Вводное  | 1                  | 0,5    | 0,5      |
| 2        | Волшебное знакомство с танцем                              | 1                  |        | 1        |
| 3        | «Ее Величество Музыка»                                     | 2                  |        | 2        |
| 4        | Играя, танцуем (ритмопластика)                             | 5                  |        | 5        |
| 5        | Игровой стретчинг  | 6                  | 1      | 5        |
| 6        | Азбука танца   | 5                  |        | 5        |
| 7        | Рисунок танца  | 5                  |        | 5        |
| 8        | Танцевальное ассорти (репетиционно - постановочная работа) | 7                  | 1      | 6        |
|          | ИТОГО  | 32                 | 2,5    | 29,5     |

**УТВЕРЖДЕНО:**  
Заведующий ГБДОУ детский сад № 42  
Л. Н. Сидорова  
Приказ от 01.09.2025 № 33-ОД

**Календарный учебный график реализации  
дополнительной общеразвивающей программы  
«РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА»  
на 2025-2026 учебный год  
для детей 3-4 лет**

Педагоги: Кирпикова Ирина Анатольевна

| <b>Год обучения</b> | <b>Дата начала обучения по программе</b> | <b>Дата окончания обучения по программе</b> | <b>Количество учебных недель</b> | <b>Количество учебных дней</b> | <b>Количество учебных часов</b> | <b>Режим занятий</b> |
|---------------------|--|---|----------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------|
| 1 год               | 01.10.2025                               | 29.05.2026                                  | 32                               | 32                             | 32                              | 1 раз в неделю       |

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД № 42 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад № 42  
Протокол от 29.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детский сад № 42  
Л. Н. Сидорова  
Приказ от 01.09.2025 № 33-ОД

Учтено мнение Совета родителей

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
к дополнительной общеразвивающей программе  
«РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА»  
на 2025-2026 учебный год**

Возраст обучающихся: 3-4 года

Разработчики:  
Кирпикова И.А.,  
педагог дополнительного образования

## **1. Особенности организации образовательного процесса**

- В основу программы заложены основные принципы и подходы:
- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
  - систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
  - наглядности (безуказанный показ движений педагогом);
  - повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
  - сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

## **2. Задачи программы:**

- овладение знаниями о разных стилях танца;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарно- понятийного багажа;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.
- развитие координационного аппарата, укрепление здоровья;
- совершенствование психомоторных способностей детей;
- активизация и развитие творческих и сои, гибкости, пластиности, координации, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- укрепление опорно- двигательного аппарата.
- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроя;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе, вести себя в обществе;
- воспитание в детях силы воли, трудолюбия, дисциплины.

## **3.Содержание программы**

**Тема: «Ее Величество Музыка!» (Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями)**

**Задачи:**

1. Воспитывать у детей умение слушать музыку.
2. Учить воспринимать и оценивать музыку.
3. Развивать умение организовать свои действия под музыку.

**Содержание:**

- 1.Характер музыкального произведения.
  - Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишеняка-медведь», «Барабан», «Лошадки»;
  - Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка»;
  - Создание заданного образа: воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей, котик заболел, котик играет, игры «Жуки и бабочки», «Большая птица и маленькие птички».
- 2.Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный).
  - Слушая музыку, определить ее темп (в движении);
  - Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя;
  - Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами.
- 3.Динамические оттенки (громко, тихо)
  - Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении);
  - Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками) дождь стучит по крышам (громко), дождь моросят (тихо);
  - Игра «Тихо и громко»;
- 4.Ритмический рисунок.
  - Воспроизведение хлопками и притопыванием простого ритмического рисунка (быстро и медленно);

-Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.

5.Строение музыкального произведения (вступление, часть).

-Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;

-Игра «Побегаем, походим»;

-На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления.

**Тема: «Играя, танцуем»** (Комплекс упражнений игровой ритмики)

Задачи:

1.Развивать внимание

2.Развивать координацию движений

3.Развивать зрительную и слуховую память

4.Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:

1.Комплексы игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес», «Веселые путешественники», «Лошадка», «Чебурашка», «Плюшевый медвежонок».

2.Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»).

3.Движения ног («Топотушки», «Переходим через лужу»).

**Тема: «Игровой стретчинг»**

Задачи:

1.Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат.

2.Улучшать эластичность мышц и связок.

3.Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат.

Содержание:

1.Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка».

2.Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Рубим дрова», «Горка», «Черепаха», «Веточка», «Гребцы».

3.Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка», «Часики»,

4.Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».

5.Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Утюжок»

6.Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница», «Ветер, ветерок»

7.Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».

8. Композиция «Маленький цыпленок»

**Тема: «Азбука танца»**

Задачи:

1.Развивать мускулатуру ног, рук, спины.

2.Формировать правильную осанку и координацию движений.

3.Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев. Содержание:

1.Ходьба:

- бодрая;

- спокойная;

- на носках;

- топающим шагом;

- ходьба на четвереньках.

2.Бег:

- Легкий;

- Ритмичный;

- передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»).

3.Прыжки:

- на двух ногах вместе,

- с продвижением вперед,
- прямой галоп («лошадки скачут»).

4. Постановка корпуса

5.Позиции ног: I-я, VI-я

6.Подготовка к изучению позиций рук (этюд «Воздушный шар»)

7. Танцевальные положения рук:

- на пояссе;
- за юбочку;
- за спиной;
- на пояссе в кулаках.

8.Танцевальные движения:

- поочередное выставление ноги на пятку;  
- поочередное выставление ноги на носок;  
- пружинками;  
- притопывание одной ногой;  
- притопывание двумя ногами.

**Тема: «Рисунок танца»**

Задачи:

- 1.Научить детей ориентироваться в пространстве.
- 2.Научить детей соблюдать интервалы
- 3.Самостоятельно находить свободное место в зале.
- 4.Перестраиваться в круг.
- 5.Становиться в пары.

Содержание:

1.Рисунок танца «Круг»:

- движения по линии танца (игра «Часы»);
- движение в круг, из круга (игра «Надувала кошка шар»).

2.Игра «Дружно парами гуляем».

3.Свободное размещение в зале (игра «Горошины»).

4.Игра «Клубочек».

5.Игра «Паровозик».

**Тема: «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

- 1.Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
- 2.Развивать память, актерское мастерство.
- 3.Готовить к концертной деятельности.

Танцы: «Про маму», «Детская полечка», «Приглашение», « Часики».

#### **4.Планируемые результаты освоения программы**

В процессе усвоения данной программы к концу года мы добиваемся следующих результатов

- **Первый год обучения** (младшая группа). Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нём, умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы комплексы упражнений первого года обучения. В музыкально- подвижной игре умеют представлять образы различных зверей, птиц, фигуры.

#### **5. Этапы работы**

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап — обучению упражнению (отдельному движению).

2. Этап углубленного разучивания упражнения.

3. Этап закрепления и совершенствование упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально - танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

## **6. Учебно – методическое обеспечение**

Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000.

## **7 .Оценочные материалы**

Диагностика проводится по программе Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика»

### **Формы подведения итогов**

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участия в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытое занятие для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

## **8. Список литературы**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2006.
3. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем, играем, танцуем дома и в саду. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: “Академия развития”, 1998.
4. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография: (Учебно-методический комплекс для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий, ДМШ, школ искусств, детских садов). - 2-е изд., испр. и доп. – Кемерово, 2000.
5. Панферов В.И. Основы композиции танца: экспериментальный учебник для студентов вузов, колледжей и училищ культуры и искусства /ЧГАКИ. – Челябинск, 2001