

ГБУ ДО «МОЛОДЕЖНЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ КИТЕЖ ПЛЮС»

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

ГБУ ДО

«Молодежный творческий Форум

Китеж плюс»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО

«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»

Протокол № 1

От 29 августа 2025 г

_____ Кендыш И.А.

Приказ №1-п

От 01 сентября 2025 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

**«РИТМОПЛАСТИКА И ФИТНЕС
ДЛЯ ДЕТЕЙ»**

Срок освоения – 1 год

Возраст учащихся – 2-3 года

Разработчик:

педагог дополнительного образования

Мордасова Виктория Владимировна

Санкт-Петербург

2025

Пояснительная записка

Направленность - социально-педагогическая (социально-гуманитарная).

Актуальность

Программа сочетает в себе ритмопластику и элементы детского фитнеса, что особенно важно для детей раннего возраста в современных условиях. Современные дети проводят много времени в статичном положении (просмотр мультфильмов, игры на планшетах), что приводит к нарушению осанки и искривлению позвоночника, слабости мышц, снижению координации и выносливости.

Программа компенсирует недостаток движения через активные игры и упражнения, помогает устранить проблемы двигательного дефицита и психоэмоционального развития. Дети 1,5–3 лет часто испытывают стресс при адаптации к детскому саду, ритмопластика помогает снижать тревожность через тактильный и музыкальный контакт, развивает эмоциональный интеллект (умение выражать эмоции мимикой и жестами), закладывает основы ЗОЖ через игровые фитнес-элементы (дыхательные упражнения, растяжку). Программа способствует профилактике плоскостопия и укреплению суставов. Групповые занятия учат взаимодействию со сверстниками, соблюдению правил, а также развивают речь через комментирование действий.

Отличительная особенность образовательной программы в том, что она создает специальную развивающую среду, которую сложно организовать в домашних условиях в полном объеме.

Адресат программы

Программа адресована детям 2 – 3 лет.

Цель: Гармоничное развитие детей раннего возраста через синтез двигательной активности, музыкально-ритмического воспитания и игровых технологий, направленное на формирование здоровой, творческой и социально адаптированной личности.

Задачи

Обучающие задачи:

- формировать правильную технику выполнения базовых движений,
- развивать координацию и равновесие,
- формирование чувства ритма,
- развивать пространственную ориентацию,
- развивать мелкую моторику,
- формировать навык самоконтроля.

Развивающие задачи:

- развивать физические качества,
- развивать сенсорное восприятие,
- развивать когнитивные способности,
- развивать эмоциональный интеллект,
- развивать коммуникативные навыки,
- развивать творческие способности.

Воспитательные задачи:

- воспитывать культурно-гигиенические навыки,
- воспитывать волевые качества,
- воспитывать нравственные качества,

- воспитывать трудовые навыки, умение работать в коллективе,
- воспитывать эстетическое восприятие,
- воспитывать патриотические чувства.

Условия реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения. В группы принимаются все желающие. По составу – группы от 2 до 3 лет.

Количественный состав групп: – не менее 8 человек

Кадровое обеспечение. Программу может реализовывать педагог дополнительного образования.

Материально-техническое обеспечение

- мягкое покрытие пола (коврики/маты);
- музыкальный центр/колонка;
- детские фитболы (диаметр 45 см) 10 шт. с ручками, вес до 1 кг;
- мягкие модульные конструкции 5-7 элем. высота 15-30 см, яркие цвета;
- сухой бассейн с шариками 1 шт. глубина 40-50 см;
- цветные пластмассовые кольца 15 шт. диаметр 25 см;
- мягкие массажные мячи 10 шт. диаметр 10-15 см;
- ленты на пластиковых кольцах 12 шт. длина 1 м;
- детские бубны/маракасы 8 шт.;
- тактильные дорожки (разные текстуры) 3-4 шт. длина 1,5-2 м;
- мешочки с наполнителем 10 шт. вес 100-150 г;
- карточки-схемы упражнений 15 шт. формат А5;
- плакаты «правила поведения» 2 шт. с пиктограммами;
- подборка детских песен;
- игрушки-персонажи (звери 20-30 см) 5-7 шт.;
- флажки 15-20 шт. размер: 20×30 см;
- мячи мягкие массажные 10-12 см пвх с пупырышками 10 шт. вес до 100 г;
- мячи гладкая резина 5 шт.;
- мячи текстильные (сюжетные) 20 см;
- туннели для ползания длина: 1,5-2 м диаметр: 50-60 см количество: 2-3 шт.;
- обручи стандартные (диаметр 50 см) – 10 шт. вес: до 300 г;
- палки пластик, дерево для перешагиваний длина: 80-100 см диаметр: 2-3 см 5-7 шт. + подставки-стойки конусы (высота 10-15 см);
- кегли набор: 6-8 шт. + 1 мяч высота: 25 см;
- пластиковые кубики размер: 10×10 см количество: 15-20 шт.;
- мягкие физкультурные блоки размеры: 30×20×15 см количество: 6-8 шт.;
- канаты короткие (3 м, диаметр 2 см) – 2 шт., с узлами (для лазания) – 1 шт.;
- скакалки длина: 1,5 м (регулируемая) количество: 5-7 шт.

Планируемые результаты

Предметные:

- сформируются правильная техника выполнений базовых движений,
- сформируется координация и равновесие,
- сформируется чувства ритма,
- получит развитие пространственной ориентации,
- получит развитие мелкой моторики,
- сформируется навык самоконтроля.

Метапредметные:

- Усовершенствуются крупная и мелкая моторика,
- Усовершенствуются сенсорное восприятие,
- Усовершенствуются когнитивные способности,
- Усовершенствуются эмоциональный интеллект,
- Усовершенствуются коммуникативные навыки,
- Усовершенствуются творческие способности.

Личностные:

- поддерживает культурно- гигиенические навыки, убирает за собой игрушки
- стремится принимать решения, преодолевать трудности, доводить начатое до конца, контролировать свои импульсы
- умеет пожалеть, помочь, поделиться
- проявляет уважение к результатам своего и чужого труда, старательности, аккуратности, умеет работать в коллективе.
- стремится создавать красивое через физическое развитие (осанку).

Учебный план №1

вторник

№	Раздел программы	Количество часов			Форма контроля
		всего	Теор.	Практ.	
1	Организационные моменты, инструктаж по охране труда	2	1	1	Анализ анкет родителей
2	Формирование двигательных навыков. Знакомство с телом	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
3	Формирование двигательных навыков. Веселые зверята	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
5	Формирование двигательных навыков. Звуки природы	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
6	Логоритмика	4	2	2	Анализ продуктов деятельности
4	Инструктаж по охране труда	2	1	1	Анализ анкет родителей
6	Логоритмика	4	2	2	Анализ продуктов деятельности
7	Развитие координации и ритма. Зимние забавы	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
8	Развитие координации и ритма. Транспорт	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
9	Профилактика плоскостопия	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
10	Творчество и импровизация. Весенняя капель	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
11	Творчество и импровизация.	6	2	4	Анализ продуктов деятельности

	Сказочные герои				
12	Творчество и импровизация. Лето красное	6	2	4	Анализ продуктов деятельности
13	Итоговое занятие	2	-	2	Квест игра по пройденным темам.
	Итого	68	24	44	

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»
Кендыш И.А.
Приказ №1-п
от 01.09.2025

**Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Ритмопластика и фитнес для детей»
на 2025-2026 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.10	26.05	34	34	68	1 раз в неделю по 2 академических часа

Продолжительность академического часа 30 минут.

Рабочая программа

Задачи обучения:

Обучающие:

- формировать представление о собственном теле,
- формировать базовые двигательные навыки и координацию,
- формировать чувства ритма и музыкальности,
- формировать пространственные ориентировки,
- формировать мелкую моторику с простейшим спортивным инвентарем и атрибутами,
- формировать навык самоконтроля.

Развивающие:

- развивать крупную и мелкую моторику,
- развивать сенсорное восприятие и интеграцию,
- развивать познавательный процесс,
- развивать речевую активность и фонематический слух,
- развивать эмоционально-волевую сферу,
- развивать коммуникативные навыки.

Воспитательные:

- воспитывать культурно-гигиенические навыки, приучать убирать за собой игрушки,
- формировать терпение, настойчивость,
- воспитывать доброту, вежливость,
- формировать ответственность стремление к порядку, бережное отношение к инвентарю,
- формировать чувство прекрасного через движение и музыку, воспитывать культуру поведения.

Ожидаемые результаты:

Предметные:

Дети научиться:

- узнавать и показывать на себе, кукле или картинке основные части тела,
- ходить уверенно, в разных направлениях, по ограниченной поверхности, менять темп по сигналу, удерживать равновесие,
- двигаться с первыми звуками, останавливаться при паузе,
- понимать и выполнять простые пространственные указания,
- манипулировать предметами: держать погремушку/платочек/ленту и трясти/махать ими в такт музыке,
- останавливается при словесной команде остановке музыки, звука сигнального инструмента (бубен, колокольчик).

Метапредметные:

- усовершенствуется координация и ловкость,
- усовершенствуется сенсорное восприятие и интеграция,
- усовершенствуется любознательность, мыслительные навыки,
- усовершенствуется речь и фонематический слух,
- усовершенствуется эмоционально-волевая сфера,

- усовершенствуется взаимодействие со взрослыми и сверстниками.

Личностные:

- будут сформированы культурно-гигиенических навыки
- будут сформированы терпение и настойчивость
- будут сформированы доброта и вежливость
- будут сформированы стремление к порядку, бережное отношение к инвентарю
- будут сформированы чувство прекрасного через движение и музыку и культура поведения.

Особенности

Особенность программы заключается в системной интеграции всех компонентов, где физические упражнения становятся инструментом для комплексного развития личности ребёнка. Это не просто «зарядка под музыку», а педагогически выстроенная среда, где каждое действие работает на несколько целей одновременно.

«Ритмопластика и фитнес для детей» Календарно-тематическое планирование на 2025-2026 (вторник)

Дата	Тема занятия	Количество часов
07.10.25	Организационные моменты, инструктаж по охране труда	2
14.10.25	Формирование двигательных навыков. Знакомство с телом	2
21.10.25	Формирование двигательных навыков. Знакомство с телом	2
28.10.25	Формирование двигательных навыков. Знакомство с телом	2
10.11.25	Формирование двигательных навыков. Веселые зверята	2
17.11.25	Формирование двигательных навыков. Веселые зверята	2
24.11.25	Формирование двигательных навыков. Веселые зверята	2
02.12.25	Формирование двигательных навыков. Звуки природы	2
09.12.25	Формирование двигательных навыков. Звуки природы	2
16.12.25	Формирование двигательных навыков. Звуки природы	2
23.12.25	Логоритмика	2
30.12.25	Логоритмика	2
13.01.26	Инструктаж по охране труда	2
20.01.26	Логоритмика	2
27.01.26	Логоритмика	2
02.02.26	Развитие координации и ритма. Зимние забавы	2
03.02.26	Развитие координации и ритма. Зимние забавы	2
10.02.26	Развитие координации и ритма. Зимние забавы	2
17.02.26	Развитие координации и ритма. Транспорт	2
24.02.26	Развитие координации и ритма. Транспорт	2
03.03.26	Развитие координации и ритма. Транспорт	2
10.03.26	Профилактика плоскостопия	2
17.03.26	Профилактика плоскостопия	2
24.03.26	Профилактика плоскостопия	2
31.03.26	Творчество и импровизация. Весенняя капель	2
07.04.26	Творчество и импровизация. Весенняя капель	2
14.04.26	Творчество и импровизация. Весенняя капель	2
21.04.26	Творчество и импровизация. Сказочные герои	2
28.04.26	Творчество и импровизация. Сказочные герои	2

04.05.26	Творчество и импровизация. Сказочные герои	2
05.05.26	Творчество и импровизация. Лето красное	2
12.05.26	Творчество и импровизация. Лето красное	2
19.05.26	Творчество и импровизация. Лето красное	2
26.05.26	Итоговое занятие	2
	всего	68 часов

Содержание обучения

1. Организационные моменты, инструктаж по охране труда

Теория. План работы на год. Инструктаж по охране труда.

Практика. Опрос по охране труда.

2. Формирование двигательных навыков: Знакомство с телом

Теория. Педагог поёт песенку с показом частей тела («Голова, плечи, колени, пальцы»), называет их простыми словами.

Практика. Игра «Повтори за мной»: дети трогают названные части тела, играют в «Где твой носик?» с куклой.

3. Весёлые зверята

Теория. Показ картинки зверя («Как прыгает зайчик?»), звукоподражание («Прыг-скок!»).

Практика. Полоса препятствий: «прыжки зайчика» через ленточки, «ходьба мишки» по массажным кочкам.

4. Инструктаж по охране труда

Теория. Инструктаж по охране труда. Сказка-инсценировка: «Как Маша упала с горки» (кукла-перчатка показывает правила).

Практика. Упражнение «Правильная горка»: безопасный спуск с наклонной скамьи
Ключевые правила: «Держимся руками», «Ждём своей очереди».

5. Формирование двигательных навыков. Звуки природы

Теория. Прослушивание аудиозаписей (дождь, ветер), обсуждение: «Что шумит?».

Практика. Импровизация: шелест платочками («ветер»), стук пальцами по барабану («капли»), бег с лентами («листопад»).

6. Логоритмика

Теория. Повтор слогов за педагогом («Ка-ап», «Топ-топ»).

Практика. Марш под бубен с проговариванием ритма («Топ-топ-хлоп!»), игра «Эхо» (повтор звуков + прыжки).

7. Развитие координации и ритма. Зимние забавы

Теория. Рассказ с картинками: «Как дети лепят снеговика».

Практика. «Катание на санках» (сидя на коврике, работа ног), «Лепка снежков» (сжимание мячей), хоровод «Ёлочка» (перестроения в кругу).

8. Развитие координации и ритма. Транспорт

Теория. Демонстрация игрушечных машин/поезда, звуки («Би-би!», «Ту-ту!»).

Практика. «Поезд» (ходьба цепочкой с остановками), «Машины на заправке» (приседания за «бензином»-кубиками).

9. Профилактика плоскостопия

Теория. Стих-напоминалка: «Мы ножками потопаем, мы пальчиками порисуем!».

Практика. Катание мячей стопами, ходьба по ребристым дорожкам, собирание платочков пальцами ног.

10. Творчество и импровизация. Весенняя капель

Теория. Просмотр видео с ручьями

Практика. Прыжки через «ручейки» (ленты), танец с зонтиками.

11. Творчество и импровизация. Сказочные герои

Теория. Краткий пересказ сказки («Колобок»)

Практика. Игра-имитация: «Убегаем от лисы», танцы с платочками («Колобок катится»).

12. Творчество и импровизация. Лето красное

Теория. Загадки про солнце/цветы

Практика. Игра с парашютом (волны), хоровод «Мы на луг ходили».

1. Итоговое занятие

Теория. Беседа-воспоминание: «Во что мы играли?» (показ фото/видео с занятий).

Практика. Квест «Путешествие по станциям»:

«Зверята» (проползи как гусеница).

«Транспорт» (проехай «поездом» через тоннель).

«Творчество» (станцуй с платочком под любимую мелодию).

Финал: вручение дипломов «Я могу!» + ритуал прощания.

Методические материалы

№	Тема	Формы занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1	<u>Организационные моменты,</u> инструктаж по охране труда	Лекция, Презентация	<i>Объяснительно - иллюстративные</i>	Стенд по технике безопасности, схема эвакуации, презентация	Ноутбук, проектор, экран
2	Формирование двигательных навыков. Знакомство с телом	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	<p>Куклы-перчатки «Части тела» Кукла с пришитыми пуговицами (глаза), ленточками (рот), разными тканями (руки-тряпочки, ноги-шуршащие мешочки). Мягкие пазлы «Моё тело» Крупные детали (голова, туловище, руки/ноги) с липучками. Сенсорные книжки «Я расту» Дидактический материал Карточки «Тело в движении» (15×15 см) Фото детей, выполняющих простые действия: «Нюхаем цветок» (нос), «Хлопаем в ладоши» (руки), «Топаем ножками» (ноги). Тактильные мешочки «Угадай часть тела» Мешочки с предметами-ассоциациями: Глаза: 2 гладких камня, Волосы: пучок шерстяных ниток, Сердце: маленький колокольчик («стучит») Напольное безопасное зеркало + карточки-схемы эмоций (радость/удивление). Аудиоальбомы с песнями-инструкциями: Треки Железновых («Голова, плечи, колени, пальчики», «Ручки-ножки»).</p>	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр

				<p>Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» (раздел «Образно-игровые упражнения для малышей».</p> <p>Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе» глава «Игровое познание тела».</p> <p>Лайзане С.Я. «Физическая культура для малышей» (схемы массажных игр).</p> <p>Видеоресурсы: Канал «Ёжик-ёжик» на YouTube: анимационные песенки про тело (мультфильм «Руки-ноги-огуречик»).</p>	
3	<p>Формирование двигательных навыков.</p> <p>Веселые зверята.</p>	<p>Занятие-игра, практическое занятие</p>	<p><i>Наглядный, игровой</i></p>	<p>Тактильные наборы «Зверята»</p> <p>Шнуровки в форме животных (лиса, медведь) — тренировка координации.</p> <p>Мягкие пазлы «Зоопарк» (крупные детали с липучками) — сборка фигур зверей, изучение частей тела.</p> <p>Карточки для подвижных игр: Фото животных в движении («Медведь косолапит», «Зайчик прыгает»).</p> <p>Игровые коврики «Лесная тропа»</p> <p>Съемные элементы (листья, кочки) для создания полосы препятствий. Дети перепрыгивают через «ручьи», ползут как «гусеницы».</p> <p>Альбомы Железновых («Зайка серенький», «Мишка косолапый»).</p> <p>Методические пособия: Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»: разделы об имитации движений животных в играх. Каширина Н.И. «Фольклорные физкультурные занятия»: использование потешек («Идёт коза рогатая») для координации.</p> <p>Видеоресурсы: Канал «Ёжик-ёжик» (YouTube): мультпесенки</p>	<p>Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр</p>

				«Руки-ноги-огуречик».	
4	Инструктаж по охране труда	Лекция, Презентация	<i>Объяснительно - иллюстративные</i>	Стенд по технике безопасности, схема эвакуации, презентация Книга со сказкой «Как маша упала с горки» Кукла перчатка. Наклонная доска.	Ноутбук, проектор, экран
5	Формирование двигательных навыков. Звуки природы	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	Сенсорные коврики «Лесная тропа» Модульные коврики с текстурами (песок, трава, камни), издающие шуршание при наступании. Набор «Природные стихии» наполнители из бусин для звука дождя. Шёлковые платочки-«ветер» (с пришитыми колокольчиками). Тактильные мешочки-«гроза» (с фольгой внутри для грохота). Карточки с изображением животных/явлений природы (дождь, медведь, птица). Игры: «Угадай и повтори»: Дети слушают звук, показывают движение (топают как медведь, машут руками как птица). «Найди пару»: Соотнесение звука дождя с картинкой тучи. Тактильные коробки «Природные явления» Наполнение: «Дождь»: Ёмкость с бусинами, камешками (дети пересыпают, слушая стук). «Ветер»: Перья, сухие листья (дуют, имитируя ветер). Подвижная игра «Ручейки и лужи» Голубая ткань («ручей»), обручи («лужи»). Методические пособия: Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»: «Имитация	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр

				природных явлений в движении»: схемы танцев «Листопад», «Дождик». Железновы С. и Е. «Аудиоальбомы для малышей»: Треки «Шум дождя», «Пение птиц» с инструкциями для двигательных игр.	
6	Логоритмика	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	Кабанцева Л.Н. «Поем и играем - речь развиваем» Картушина М.Ю. «Конспекты логоритмических занятий с детьми 2-3 лет» «Логоритмика для малышей 3-4 лет» Кузнецова Е.В. «Логопедическая ритмика для детей с тяжелыми нарушениями речи» Дыхательные упражнения: «Ветерок»: Дети дуют на бумажные снежинки. Имитация звуков природы (шум ветра, скрип снега). Пальчиковые и двигательные игры Физкультминутки по сказкам «Колобок»: Прокатывание мяча с речевым сопровождением «Я от бабушки ушел!». «Курочка Ряба»: Ползание на четвереньках с поиском «яичек». Музыкально-ритмические инструменты: Бубны, погремушки, барабаны для отбивания ритма. Распевки с движениями (например, «На носочках мы пойдем...») для координации. «Логоритмические минутки Кныш В.А.: Краткие игры на развитие темпа речи через движения медленная ходьба под тихий бубен, быстрый бег под громкий).	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр
7	Развитие координации и	Занятие-игра,	<i>Наглядный, игровой</i>	Воронина Л.П. «Ритмика в детском саду» Глава «Зимние игры на координацию»:	Ноутбук, проектор,

	ритма. Зимние забавы	практическое занятие		<p>Ходьба по «снежному» следу (зигзаги из лент) с бубном.</p> <p>Имитация катания на коньках (скольжение на ковриках) под ритм барабана.</p> <p>Картушина М.Ю. «Логоритмика для малышей»</p> <p>«Снежинки кружатся» (вращение на носочках под тихую музыку → замирание в «сугробе»).</p> <p>«Прыжки зайчиков по снегу» (ритмичные подскоки под счёт 1-2).</p> <p>Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»</p> <p>Игры: «Снежки в корзину», «ледяные дорожки» мячи-ежики, корзина.</p> <p>«Пингвины на льдине», картонные круги</p> <p>Тактильно-ритмические пособия:</p> <p>«Снежный мешок»: Мешок с ватой/синтепоном.</p> <p>«Ледяные звуки»: Стаканчики со льдом. «Замёрзли ручки, ножки!».</p> <p>«Варежковая дискотека»:</p> <p>Дети в варежках с бубенчиками – топают/хлопают под песню «Валенки»</p> <p>«Ёлка-задавака»:</p> <p>Координация: Обход «ёлки» (конус) с приседанием на словах: «Ёлочка, гори!».</p> <p>«Снеговик растаял»:</p> <p>Методические рекомендации:</p> <p>Волошина Л.Н. «Играем на детской площадке» (раздел «Зимняя двигательная активность»):</p> <p>Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам»</p>	экран, музыкальный центр
8	Развитие координации и ритма.	Занятие-игра, практическое	<i>Наглядный, игровой</i>	<p>Горшкова Е.В. «От жеста к танцу. Транспорт»</p> <p>Фролова В.М. «Игровая ритмика для малышей»</p> <p>Бекина С.И. «Музыка и движение»</p>	Ноутбук, проектор, экран,

	Транспорт	е занятие		<p>Картонные «рули» Обручи-тоннели Ленточные «рельсы» «Шумящие машинки»: Коробки с крупами. Трясти в такт стиху: «Едем-едем по шоссе, рассыпали мы орешки!» Анищенкова Е.С. «Логоритмика без музыки»: Схемы движений для «транспортных потешек (например, "Ехали мы, ехали..."). Волкова Г.А. "Логопедическая ритмика":</p> <ul style="list-style-type: none"> • Данные о развитии межполушарного взаимодействия через имитацию вождения. <p>Онлайн-ресурсы: "Инфоурок" (infourok.ru):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Конспект "Транспортная логоритмика" с аудиосопровождением (шум мотора, гудок поезда). <p>"MuzPedagog" (muzpedagog.ru):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ноты детской песни "Мы едем, едем, едем" с схемой движений. 	музыкальный центр
9	Профилактика плоскостопия	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	<p>Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. «Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия» Картушина М.Ю. «Логоритмика для малышей»: «Ёжики» (катание колючих мячей стопами), зайчики на лужайке» (прыжки на носочках по массажным коврикам). комплексы: Для 2-3 лет: сжимание/разжимание пальцев ног лёжа на спине. Для 3-4 лет: вращение стопами (рисуем солнышко) с увеличением повторов. Ортопедические коврики и дорожки Модули с разными наполнителями (галька, песок, резиновые шипы).</p>	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр

				«Собери урожай»: Захват пальцами ног шишек/карандашей и перенос в корзину. Сценарии занятий «Ритмопластика + плоскостопие» с аудиосопровождением (звуки природы, маршевая музыка).	
10	Творчество и импровизация. Весенняя капель	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	Буренина А.И. "Ритмическая мозаика" Горшкова Е.В. «От жеста к танцу. Весна» Картушина М.Ю. «Логоритмические занятия с детьми 2–3 лет» Шёлковые платки «Тающий снег» (плавное опускание на пол), «Бабочки» (махи руками). Бубенчики/колокольчики Тактильные мешочки Мешочки с крупой (ручейки), ватой (облака) «Звуки весны» (аудиоподборка): Капель (металлофон), Пение птиц (дудочка), Шум ветра (шелест бумаги). «Волшебные лужи»: На полу — синие круги из картона. «Парад зонтиков»: Дети с цветными зонтиками (бумага на палочке) импровизируют танец под песню «Дождик» (Е. Железнова). Бекина С.И. «Музыка и движение» Тютюнникова Т.Э. «Уроки музыки».	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр
11	Творчество и импровизация. Сказочные герои	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	Горшкова Е.В. «Танцуем сказку» Железнова Е.С. «Музыкальные сказки-игры» Аудиопособия с жестовыми импровизациями: «Теремок» (дети изображают зверей: мишка — перекаты, мышка — семенящие шаги), «Куручка Ряба» (топание «прогоня мышку», плавные взмахи руками над «золотым яичке»).	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр

				<p>Буренина А.И. «Коммуникативные танцы-игры» Тактильные шапочки. Колобок. Катание по полу с подпевкой «Я по коробу скребён» Ленты «хвосты». Лиса/волк Платочки- «крылышки». Курочка/птичка. Махи руками с приседаниями («клюём зёрнышки») Сенсорные коробки: «Теремок»: Коробка с окошками, внутри — фигурки зверей. «Сундук с костюмами»: Дети выбирают элемент костюма (маску, накидку) и придумывают мини-танец под бубен. Кутузова И.А. «Ритмопластика в сказках»: Рыбак Е.В. «Развитие эмоций через образы героев»: Игры на выражение чувств (испуг зайца, радость солнышка).</p>	
12	Творчество и импровизация. Лето	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	<p>Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» Лифиц И.В. «Ритмика» Шелковые платки «Море» (синие) – волнообразные движения; «Солнце» (желтые) – круговые вращения. Тактильные мешочки с песком («пляж»), с травой («луг») – сжимание/перекатывание. Бубенчики/колокольчики. «Звон комариков» Аудиоколлекция «Звуки лета»: Пение птиц (дудочка), шум моря (шелест целлофана), стрекот кузнечиков (трещотка). Опорные предметы: Мячи-«ягоды», платки-«крылья бабочек». Программа «Ритмопластика» Чалова Т.А. «Са-фи-дансе» Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.: Комплексы игрового стретчинга («тянемся к</p>	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр

				солнышку, «прячемся в тени»)). Онлайн-ресурсы: «Летние звуки» – подбор движений к аудиозаписям (шум дождя, шелест листьев).	
13	Итоговое занятие	Занятие-игра, практическое занятие	<i>Наглядный, игровой</i>	Карта маршрут Железнова Е.С. «Музыкальные игры» Аудиотреки для станций («Паровоз», «Дождик», «Птички»)). Буренина А.И. «Коммуникативные танцы-игры» Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика»	Ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр

Оценочные материалы

к образовательной программе «Ритмопластика и фитнес для детей»

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся:

1. Входной контроль.
2. Итоговый контроль.

Входной контроль – оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение. Входной контроль осуществляется в течение сентября, итоговый контроль осуществляется в мае.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе «Ритмопластика и фитнес для детей 1,5–3 лет» проводятся следующие мероприятия:

Входной контроль (сентябрь)

Таблица 1. Игровой протокол диагностики

Навык	Игровое задание	Критерий успеха	Результат
Координация	«Пройди по кочкам» (коврик с кругами)	3 из 5 шагов без касания пола	«Саша (2 года): 2/5 шагов»
Чувство ритма	«Повтори за птичкой» (хлопки)	2 из 3 ритмов точно	«Маша (1,8) повторила 1 ритм»
Импровизация	«Покажи, как летит бабочка»	≥2 разных движений	«Петя (2,5) махи руками + кружение»
Социальное взаимодействие	Игра «Паровозик» (держаться за плечи)	Не отпускает руки 20 секунд	«Даша (1,6): отпустила через 5 сек»

Таблица 2. Сводная таблица входной диагностики

ФИ ребёнка	Возраст	Координация (баллы 1–5)	Ритм (баллы 1–5)	Импровизация (баллы 1–5)	Социализация (баллы 1–5)	Примечания
Иванов Саша	2,0	2	3	2	1	Боится шума бубна
Петрова Маша	1,8	3	2	4	3	Любит танцевать

Ключ оценки:

5 баллов: выполняет самостоятельно

3 балла: выполняет с помощью педагога

1 балл: отказывается/не понимает задание

Итоговый контроль (май)

Таблица 3. Сравнительная карта развития

Навык	Задание	Входная (сентябрь)	Итоговая (май)	Динамика	Интерпретация
Баланс	Стойка на 1 ноге (сек)	1.2 сек	4.5 сек	↑↑	Норма для возраста
Ритмичность	Танцевать под	Путает темпы	Чётко различает	↑↑	Отличный прогресс

	марш/вальс				
Импровизация	Образ «Цветок» под музыку	1 жест (руки вверх)	3 жеста	↑	Требует развития

Таблица 4. Итоговая сводка по группе

Показатель	Дети с прогрессом ↑↑	Дети с прогрессом ↑	Требует ИОМ
Координация	75%	20%	5%
Социальное взаимодействие	85%	10%	5%

ИОМ – Индивидуальный образовательный маршрут

Обработка данных

Расчет динамики по формуле:

$(\text{Итоговый балл} - \text{Начальный балл}) / \text{Макс. балл} \times 100\%$

Пример: Саша: координация $(4-2)/5 \times 100\% = +40\%$