

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН**

Принята на
педагогическом совете

протокол № 4 от 31.05. 2024г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО
«Дом детского творчества»

Приказ № 522 от 31.05.2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«РИТМИКА»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 4 года- 288 часов

(1 год –72 часа; 2 год –72 часа; 3 год –72 часа;
4 год –72 часа).

Возрастная категория: от 7 до 15 лет

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер программы в Навигаторе: 9364

Автор-составитель:
Меркулова Зульфия Марсовна, педагог
дополнительного образования

г. Абинск, 2024 год

Раздел № 1 Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дети младшего школьного возраста отличаются, как известно, большой подвижностью, неустойчивостью внимания, неумением долго сосредотачиваться на одном задании. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений, имеющих целью: сохранение правильной осанки, ознакомление с основными положениями ног и рук, развитие первоначальных танцевальных навыков. Большое внимание уделяется ритмичным упражнениям, построенным на простых движениях, которые принимают игровую форму и развивают у детей навык согласовать свои движения с музыкой, помогают им освоиться в новой для них обстановке, научиться правильно вести себя в коллективе. В младшем школьном возрасте закладываются основы, от которых в дальнейшем будет зависеть успех занятий ритмикой и танцем. Дети должны усвоить правильную постановку корпуса (при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения учеников):

-укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса, укрепление глубоких мышц спины, передних связок грудного отдела позвоночника);

-научится дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки.

Программа разработана в соответствии ФЗ №273 от 29.12.12 г. «Об образовании в Российской Федерации». Реализация программы осуществляется на основе ряда законов и нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» (с изменениями от 20.07.2000 г.; 22.08; 21.12.2004 г.; 26, 30.06.2007 г.).

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

3. Приоритетный национальный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (2017-2025гг.) утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 года № 11).

4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07.12.2017 года.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительством РФ от 29.05.2015г. № 996-р.

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года N 2 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

8. Приказ Министерства просвещения РФ 27 июля 2022 года. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

9. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» муниципального образования Абинский район утвержденный постановлением администрации муниципального образования Абинский район от 31 декабря 2010 года № 4663 (с изменениями от 25 июля 2019 года № 790).

10. Рабочая программа воспитания на 2021 -2026 годы, принята на педагогическом совете и утверждена приказом директора от 31 марта 2021 года № 247.

Направленность программы. «Ритмика» представляет дополнительный образовательный курс **художественной направленности**. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Новизна программы

Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие – разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно ~ творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Каждый ребенок имеет индивидуальную форму развития и претендует на право валеологического сопровождения его индивидуального маршрута. Не обучающиеся должны адаптироваться к системе образования и воспитания, а программы и методы обучения должны приравниваться к ребенку и формировать у него осознанную мотивацию к получению знаний и развитию собственного здоровья.

Актуальность программы

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится

заложенником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело” находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья обучающихся. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный учебно-воспитательный процесс в школе.

Педагогическая целесообразность. Проблема формирования у обучающихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимость ее теоретического осмысления и верного практического решения.

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у обучающихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Отличительные особенности.

В процессе разработки программы были изучены и проанализированы:

- программа для дошкольных образовательных учреждений «Детство» Т.А.Логиновой.

- программа «Ритмическая мозаика» И. А. Бурениной.

- программа «Гармония» К. В.Тарасова.

Разработанная программа отличается от вышеуказанных по цели, содержанию и планируемому результату.

Занятия ритмикой строятся на включении музыкальных игр, в которых наши воспитанники осваивают двигательно-ритмические, коммуникативные навыки, обеспечивающие их психомоторное развитие. Ролевые, сюжетные, дидактические музыкальные игры позволяют сделать процесс постижения закономерностей музыкального искусства доступным и увлекательным для школьников. На уроках и занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

Адресат программы.

Возраст обучающихся - 7- 15 лет. Начинать заниматься рекомендуется с 7 лет. У детей этого возраста хорошо развита механическая память, произвольное внимание, наглядно-образное мышление, развиваются познавательные и коммуникативные умения и навыки.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на четыре года обучения: по 72 часа групповых занятий в год. В группе могут заниматься все физически здоровые дети.

Общий объем часов по программе: 288 часов

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

Комплектование групп 1 года обучения проводится с 1 августа по 1 сентября. Группы комплектуются в количестве до 15 человек.

Комплектование групп второго и последующих лет обучения начинается с конца мая и по август. В объединение второго и последующих лет обучения могут быть зачислены обучающиеся, не занимающиеся в группе первого года обучения, но успешно прошедшие собеседование и (или) представившие свои работы. Группы 2 года обучения комплектуются из детей освоивших программу 1 года обучения или имеющих необходимые знания, умения, навыки в количестве не менее 10 человек.

Форма организации деятельности детей на занятиях: групповая, составом объединения (сводные).

Формы проведения занятий: игра сюжетно-ролевая, игровая программа, класс-концерт, мастер-класс, открытое занятие, праздник, представление, соревнование, творческий отчет, фестиваль.

Методы и методические приемы обучения.

В курсе обучения ритмике и танцу применяются традиционные методы обучения: наглядного восприятия, метод использования слова и практические методы.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Метод использования слова — универсальный метод обучения.

С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Практические методы основаны на активной деятельности самих обучающихся. Этот метод *целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.*

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально - ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества обучающихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения

Режим занятий, периодичность и продолжительность.

С учетом направленности программы режим учебной деятельности расписан согласно расписанию; 45 мин занятие-15 мин перерыв. Количество занятий в неделю составляет:

- 1 год обучения (72 часа) - 1 раз в неделю по 2 часа или 2 раза по 1;
- 2 год обучения (72 часа) - 1 раз в неделю по 2 часа или 2 раза по 1;
- 3 год обучения (72 часа) - 1 раз в неделю по 2 часа или 2 раза по 1;
- 4 год обучения (72 часа) - 1 раз в неделю по 2 часа или 2 раза по 1;

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Создание валеологически обоснованных условий способствующих совершенствованию индивидуального здоровья обучающихся средствами двигательной активности (ритмика, танец).

Цель первого года обучения: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

Цель второго года обучения: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Цель третьего года обучения: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Цель четвертого года обучения: физическое совершенствование детей и усвоение основ танцевального искусства в ходе ритмических двигательных игр отображающих жизнь, природу и сказочных персонажей.

Задачи:

Образовательные

- 1) ознакомление детей с историей возникновения и развития хореографического искусства;
- 2) поэтапное овладение ритмикой;

Метапредметные

1) формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребенка;

2) развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;

3) формирование и совершенствование общения (исполнитель-педагог, партнер-партнерша, участник-ансамбль/коллектив);

4) развитие воображения, фантазии, творчества, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала.

Личностные

1) формировать здорового образа жизни, нравственные основы личности, потребность личности в непрерывном самосовершенствовании;

2) воспитывать трудолюбие, терпение, аккуратность, чувство удовлетворения от работы, чувство взаимопомощи и коллективизма;

3) формировать гуманистическое отношение к окружающему миру;

4) привить любовь к труду.

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Год обучения				Формы аттестации/ контроль
		1	2	3	4	
		Количество часов				
1.	Вводное занятие	2	2	2	2	
2.	Ритмика (элементы музыкальной грамоты)	16	16	16	16	Урок зачет
3.	Танцевальная азбука:					Урок зачет
	а) партерный экзерсис на полу	24	6	-	-	
	б) партерный экзерсис у станка	-	18	24	24	
4.	Танцевальные движения	14	14	14	14	Зачет по технике движения.
5.	Танцевальный репертуар	14	14	14	14	Просмотр и анализ, тестирование, концерт
6.	Итоговое занятие	2	2	2	2	
	Итого:	72	72	72	72	

Содержание учебного плана.

I год обучение.

1. Вводное занятие

Теория: беседа с детьми о целях и задачах первого года обучения, о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий. Подготовка и проведение открытого урока для родителей в конце года.

2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Практика: характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато-стаккато.

Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Умение выполнять движения в разных темпах. Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки. Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении.

Строение музыкального произведения. Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части (в частях тема), музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.

3. Танцевальная азбука

Практика: партерный экзерсис на полу: упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Вытягивания, разворачивание и сокращение стопы Повороты головы. Упражнения на развитие мышц шеи. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов. Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов. Упражнения на исправление осанки: при сутулости (кифозе), при седлообразной спине (лордозе), при асимметрии лопаток, при «х»-образных ногах (упражнения на растяжение связок в тазобедренном суставе), при «о»-образных ногах (упражнения на растяжение подколенных связок).

4. Танцевальные движения

Практика: поклон реверанс, сценический шаг, шаг на полу пальцах. Легкий бег; поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя; удары стопой по 6-й и 3-й позициям; танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной); притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах; ковырялочка; движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад,

в сторону. Движение головы; повороты направо - налево, в различном характере, вверх- вниз с различной амплитудой, наклоны вправо - влево (с различной амплитудой). Боковой голоп; шаг польки; прыжки по 6 поз, и поочередным выбрасыванием ног вперед; перевод рук из подготовительного положения в 1-ю, 2-ю, позицию и обратно. Раскрывание рук из положения “ на поясе” в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию.

Положения рук в танцах: руки на поясе «большой палец обращен назад»; подбоченившись «кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс»; девочки придерживают руками юбочку «руки в локтях закруглены»; руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движения. Руки скрещены перед грудью; одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте «только девочки»; руки убраны за спину.

5.Танцевальный репертуар

Практика: упражнения на ориентировку в пространстве: различие правой, левой, ноги, руки, плеча; повороты вправо и влево; построение в колонну по одному, по два в пары; перестроение из колонны в шеренгу и обратно; круг, сужение и расширение круга; «воротца», «змейка», «спираль»; свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг. Танцевальные этюды и танцы, построенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме;

6.Итоговое занятие

Подведение итогов работы за год.

Форма контроля: открытое занятие для родителей

II год обучения.

1.Вводное занятие

Теория: беседа с детьми о целях и задачах второго года обучения, о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий. Подготовка и проведение открытого урока для родителей в конце года.

2.Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Практика: закрепление знаний и навыков, полученных на первом году обучения. Продолжение работы над темами: характер, темп, динамические оттенки в музыке и передача их в движении на новом музыкальном материале.

Тема 1. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер. Метроритм. Понятие об акценте, метрической пульсации; паузах, длительности, ритмическом рисунке, метре. Умение выделить акценты, метрическую пульсацию, паузу. Умение производить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных и целых. Умение определять музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4.

Тема 2. Маршевая и танцевальная музыка, расширение представлений об особенностях марша, танцевальных жанров: вальса, польки, галопа, краковяк,

лендлер, полонез. Слушания и анализ маршевой и танцевальной музыки, входящей в программу 2 года обучения.

3. Танцевальная азбука

Практика: элементы классического, народного и бального танца. Партерный экзерсис на полу: упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Вытягивания, разворачивание и сокращение стопы Повороты головы. Упражнения на развитие мышц шеи. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов. Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов. Упражнения на исправление осанки: при сутулости (кифозе), при седлообразной спине (лордозе), при асимметрии лопаток, при «х»-образных ногах (упражнения на растяжение связок в тазобедренном суставе), при «о»-образных ногах (упражнения на растяжение подколенных связок)

Экзерсис у станка: постановка корпуса (муз. размер 4/4; 3/4). Положения анфас. Позиция ног 1, 2, 3, 5. Позиция рук: (муз. размер 4 такта 4/4); подготовительное положение; 1, 2, 3 - позиция рук. Релеве (Releve) - подъем на полупальцы по 1, 2, 3, 5 позиции (муз. размер 2 такта 4/4). Подготовка к началу движения (preparation) а) движение рук; движение руки в координации с движением ноги. Приседание по 1-ой, 2-ой, 3-ей и 5-ой позициям (муз. размер 2 такта 4/4): полуприседания (clemi-plie), полное приседания (Grand plie). Battements tendus (муз. размер 2 т. 4/4) из 1 позиции - в сторону, вперед, назад. из V позиция в сторону, вперед, назад. Battements tendus с denei - peies, вперед в сторону, назад (муз. размер 2 т. 4/4, 1 т. 4/4) Passe par terre (муз. Размер 2/4), проведение ноги вперед - назад через I позицию. 1!. Battements teiidus jetes I-V позиции (маленькие броски, 1 такт 4/4, 2 такта 2/4) Сотте (прыжок с двух ног на две) по 1, 2, 3 позиции (муз. размер 2/4) Шанжман де пье, прыжок с двух ног на две из пятой позиции с переменной ног (размер 1 такт 4/4).

4. Танцевальные движения

Практика: дробные движения: одинарный удар ребром каблука; двойной удар ребром каблука. «Ключ» - простой и на подскоках. Подготовка к присядкам (плавное и резкое опускание вниз по I позиции). Присядки: с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по I позиции; с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону. Боковой шаг на всей стопе и на полу пальцах. Припадание в сторону. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу. Хлопки и хлопущки - одинарные, двойные и тройные (фиксирующие удары и скользящие удары): в ладони; по бедру; по голенищу сапога. Русский переменный ход; русский дробный ход (по 1/8).

5. Танцевальный репертуар

Практика: упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение из одного круга в два ряда; перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки; перестроение из большого круга в большую звезду; крест построение в парах: обход до-за-до. Повороты в прыжке - налево по точкам. Русский хоровод (свободной композиции), русские пляски (свободной композиции), «смени пару». Танцы в ритме польки. Положение рук: раскрывания рук, из положения на поясе, в характере русского танца. Положение рук в сольном танце. Положение рук в парных и массовых танцах.

6.Итоговое занятие

Подведение итогов работы за год.

Форма контроля: открытое занятие для родителей

III год обучения.

1.Вводное занятие

Теория: беседа с детьми о целях и задачах второго года обучения, о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий. Подготовка и проведение открытого урока для родителей в конце года.

2.Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Практика: закрепление знаний и навыков, полученных на втором году обучения. Понятие о такте и затакте. Затактовые построения. Пунктирный ритм.

3.Танцевальная азбука

Практика: экзерсис у станка: приседание резкое и плавное по 1, 2, 5 поз. Скольжение стопой по полу (battements tendus) “носок - каблук”, с полуприседанием по всем направлениям. Маленькие броски (Battements tendus jets) по всем направлениям 1, 3, 5. (муз. размер 2/4, 6/8); с полуприседанием на опорной ноге; с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги. Battements developpes на 90° вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (муз. разм. 4/4). Подготовка к «четке» (flik - Пас), мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе (муз, разм. 2/4, 4/4). Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной (2/4, 4/4) в открытом положении на всей стопе; в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полу пальцах. Присядки: «мячик», лицом к станку.

4.Танцевальные движения

Практика: поочередная раскрывания и закрывания рук; бытовой шаг с притопом; шаркающий шаг; переменный шаг (вперёд, назад); моталочка с задеванием пола каблуком; с акцентом на всю стопу; с задеванием пола полу пальцев. Быстрый русский бег с продвижением в перёд и назад; «ключ» - с двойной дробью; двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперёд, дробь в «три ножки». Присядки: (для мальчиков). Мячик; присядка с продвижением в сторону и выбрасывание ноги на каблук и на воздух. Хлопки и

хлопушки (для мальчиков): удары о голенище сапога спереди и заде с продвижением вперёд, назад и в сторону; фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу; по голенищу сапога спереди крест-накрест.

5. Танцевальный репертуар

Практика: вальс (разучить вальсовую дорожку вперёд, назад, балансе, па вальса с вращением по одному). Берлинская полька. Свободные композиции русской пляски.

6. Итоговое занятие

Подведение итогов работы за год.

Форма контроля: открытое занятие для родителей

IV год обучения.

1. Вводное занятие

Теория: беседа с детьми о целях и задачах второго года обучения, о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий. Подготовка и проведение открытого урока для родителей в конце года.

2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Практика: повторение пройденного на новом музыкальном материале. Знакомство с триолями, с различными видами синкоп. Переменный счёт, танцевальные жанры.

3. Танцевальная азбука

Практика: экзерсис у станка: Demi-plie, Grand-plie по 1, 2, 5 позиции (усложняется ритмически, введение параллельных позиций). Battements tendus: с работой пятки опорной ноги; перевод стопы с носка на каблук. Battements tendus jetes на demi-plie. Battements fondus (музыкальный размер 2 2/2). Подготовка к «верёвочке»: с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно. Battements developpe на 90° с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперёд, в сторону и назад (плавные с резкие). Выстукивание в русском характере. Grand battements. Верёвочка двойная. Разножка на полу в стороны, разножка вперёд на каблук одной ноги и на песок другой. Хлопушки: из ударов только в ладоши; сочетание ударов в ладони с ударами по ногам, корпусу и полу; дробные выстукивания.

5. Танцевальный репертуар

Практика: русский пляс, перепляс - свободной композиции, фигурный вальс. Полянка.

6. Итоговое занятие

Подведение итогов работы за год.

Форма контроля: открытое занятие для родителей

1.4. Планируемые результаты

Образовательные

После освоения программы обучающиеся должны знать:

- основные понятия танца
- позиции положения рук и ног
- основные движения у станка
- главные принципы техники различных жанров танца

Метапредметные:

- сформирована активная жизненная позиция,
- устойчивая потребность в систематичности занятий;
- умеют анализировать содержание музыкальных фраз, свою работу на занятиях и в концертной деятельности,
- умеют самостоятельно создавать эмоционально-двигательный образ, технически правильно выполнять двигательные действия, танцы;
- умеют управлять эмоциями;
- сформирована позиция здорового образа жизни,
- сформирована мотивация к творческому труду, работе на положительный результат.

Личностные:

- сформированные морально-волевые качества (трудолюбие, терпение, аккуратность, чувство удовлетворения от работы, чувство взаимопомощи и коллективизма);
- сформированные нравственные основы личности, потребность личности в непрерывном самосовершенствовании;
- сформированное гуманистическое отношение к окружающему миру, любовь к труду.

Раздел № 2 Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график на каждую учебную группу прилагается (Приложение 1).

Комплекс основных характеристик:

- дата начала и окончания учебного периода – 1 сентября 2021г.-31 мая 2022г.;
- количество учебных недель – 36;
- продолжительность каникул – нет;
- сроки контрольных процедур – сентябрь, декабрь, май.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение

№, п/п	Компоненты оснащения учебного	Что необходимо для реализации программы (кол-во)
--------	-------------------------------	--

	кабинета	
1.	Учебно-методические материалы	-дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» - календарно-тематическое планирование на четыре года обучения -справочная книга школьного психолога - методические пособия по предмету Фонотека, детские песни из мультфильмов, наглядные демонстрационные пособия, интернет ресурсы
2.	Дидактические и раздаточные материалы по предмету	Карточки к темам программы Наглядный материал Инструкции по охране труда
3.	Аудио-видео материалы	Аудио материалы, СД - диски
4.	ТСО, компьютерные, информационно-коммуникативные средства	Музыкальный центр, ноутбук, экран
5.	Учебно-практическое оборудование	Ленточки на палочках, обручи флажки мяч. Маты Палки гимнастические
6.	Оборудование (мебель)	Спортзал, Коврики Зеркала Шкаф для инвентаря Стулья Скамейки гимнастические
7.	Комплекты диагностических материалов	Папка диагностики «Оценка музыкально – ритмических навыков»

Кадровое обеспечение – для реализации программы требуется педагог, обладающий профессиональными знаниями в предметной области, знающий специфику ОДО, имеющий практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

2.3.Формы аттестации

Формы оценки результатов

Педагогический контроль предполагает такие виды оценки результатов как: периодический, промежуточный, итоговый годовой.

Периодический контроль проводится по окончанию темы, здесь решается задача – проверить, как освоена тема, внимание обращается кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и знания теоретической и практической части, проводится анализ усвоения теоретического и практического материала (обсуждение с обучающимися).

Промежуточный контроль осуществляется по итогам первого полугодия, задачей педагога является выявить уровень освоения обучающимися программы, определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения;

техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части. Форма контроля - открытого контрольного урока.

Итоговый годовой контроль проходит в конце учебного года (апрель – май) служит для выявления уровня освоения обучающимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность. Формой контроля является просмотр и анализ, тестирование, участие в концертах учреждения.

Тема УТП	Вид контроля	Форма контроля	Срок контроля	Что контролируем	Вид контрольной работы
1,2,3,4 года обучения					
Ритмика (элементы музыкальной грамоты)	текущий	Урок зачет	По окончании работы над темой	Умение определять музыкальные размеры	Творческий просмотр
Танцевальная азбука	Текущий	Урок – зачет	В ходе работы над темой	Элементы классического, народного и бального танца	Творческий просмотр
Танцевальные движения	текущий	Зачет по технике движения.	По окончании работы над темой	Исполнение танцевальных движений, комбинаций и композиций	зачет
Танцевальный репертуар	итоговый	Просмотр и анализ, тестирование, концерт	По окончании работы над темой	Правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, знание теоретической и практической части, творческий подход, артистичность.	концерт

2.4. Оценочные материалы

Для определения достижений обучающимися планируемых результатов используется диагностика образовательного уровня обучающихся. Согласно методике оценивается уровень освоения: основных знаний умений и навыков, мотивации к занятиям, творческая активность, эмоционально – творческая настроенность, достижения обучающихся. А так же ведется мониторинг личностного развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы в котором оцениваются организационно-волевые качества, ориентационные качества, поведенческие качества (Приложение 2).

Подготовительный уровень	Начальный уровень
Показатель ЗУН (знания, умения, навыки)	
Знакомство с образовательной областью	Владение основными знаниями
Показатель МЗ (мотивация к занятиям)	
Неосознанный интерес, навязанный извне или на уровне любознательности. Мотив случайный, кратковременный.	Интерес иногда поддерживается самостоятельно. Мотивация неустойчивая, связана с результативной стороной процесса
Показатель ТА (творческая активность)	
Интерес к творчеству не проявляется. Инициативу не проявляет. Не испытывает радости открытия. Отказывается от поручений, заданий. Проводит операции по заранее данному плану. Нет навыков самостоятельного решения проблем	Социализация в коллективе. Инициативу проявляет редко. Испытывает потребность в получении новых знаний в открытии для себя новых способов деятельности. Добросовестно выполняет поручения, задания. Проблемы решить способен
Показатель ЭТН (эмоционально - творческая настроенность)	
Подавленный, напряженный. Бедные и мало- выразительные мимика, жесты, речь, голос. Не может четко выразить свое эмоциональное состояние. Нет устойчивой потребности воспринимать или выполнять творческую работу. Отсутствует эмоциональный настрой к работе (заданию педагога)	Замечает разные эмоциональные состояния. Пытается выразить свое состояние, не проникая в художественный образ. Есть потребность воспринимать или исполнять произведения искусства, но не всегда. Есть потребность участвовать в жизни объединения. Присутствует эмоциональный отклик на задание педагога, но не всегда.
Показатель Д (достижения)	
Пассивное участие в делах объединения	Активное участие в делах объединения, учреждения

2.5. Методические материалы

Методическое сопровождение программы

№ п/п	Названия разделов и тем	Формы организации и проведения занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактические материалы	Техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Ритмика	групповое	Иллюстрированной наглядности, словесный показ	Книжные иллюстрации, фотографии, словесное пояснение движений и музыки	Музыкальный центр с набором CD дисков	Подбор репертуара

2	Танцевальная азбука	групповое	Правильная постановка корпуса, развитие физических данных. Разучивание нового движения с точным показом	Танцевальная культура в сопровождении репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами	Фонотека с записями современной, классической, музыки, видеозаписи	Промежуточный контроль
3	Танцевальные движения	Групповое	Импровизированный метод-возможность импровизировать путем свободного непринужденного движения, как подсказывает музыка	Подбор костюмов	Музыкальный центр с набором CD дисков, Фонотека с записями современной, классической, музыки, видеозаписи	Урок-концерт
4	Танцевальный репертуар	Групповое	Словесное сопровождение движений под музыку	Костюмы для танцев	Мультимедиа просмотр танцевальных движений	Урок-игра
5	Итоговое занятие	групповое	Стимулирование и мотивация	декорации	Музыкальный центр с набором CD дисков, Фонотека с записями современной, классической, музыки, видеозаписи	Итоговый годовой контроль

Методические рекомендации

В каждом ребенке в большей или меньшей степени заложена потребность в движении, в танце. Основная педагогическая задача – активизировать и поддержать эту потребность. «Добывая» музыкальные знания, ребенок осуществляет мыслительные действия, которые позволяют ему повторить открытия, когда-то уже совершенные. В данном процессе происходит «присвоение» знаний, которые становятся духовным капиталом ребенка.

В процессе обучения ребенок открывает для себя свойства музыкального звука (тембр, длительность, высоту, громкость); познает двигательные способности своего тела. Учебная работа по восприятию данных качеств звука развивает музыкальные способности ученика, метроритмическое чувство. И, как результат развития этих способностей, – формирование навыков движения под музыку.

Программа имеет своей целью адаптировать относительно сложные музыкальные и хореографические понятия к младшему школьному возрасту;

сформировать навыки исполнения различных танцев, обогатить познания ребенка об окружающем мире представлениями о хореографическом искусстве. Поскольку речь идет о групповых занятиях, предпочтение отдается методике игрового сотрудничества.

Музыкальное сопровождение урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры обучающихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию.

На занятиях используется:

- классическая музыка,
- народная музыка,
- музыка в современных ритмах.

Основные направления и содержание деятельности

Программа состоит из следующих разделов:

- Ритмика;
- Танцевальная азбука (элементы партерного экзерсиса на полу, экзерсис у станка, классического, народного и бального танца);
- Танцевальные движения;
- Танцевальный репертуар.

Раздел 1. Ритмика включает ритмичные упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, используя их в разных видах деятельности, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Раздел 2. Танцевальная азбука содержит элементы партерного экзерсиса, экзерсис у станка, классического, народного и бального танца. Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, в осанке вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Задачей педагога при работе с детьми на первом этапе является правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку детей, не допуская перенапряжения, а также учить их правильно дышать при выполнении упражнений и танцев.

Раздел 3. Танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить детей запасом этих

движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

Раздел 4. Танцевальный репертуар включает народные и балльные танцы. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности.

Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения результат не механического “натаскивания”, а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмичных упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера в народных и балльных танцах.

Все разделы должны чередоваться не механически, а соединяться осмысленно, быть пронизаны единым педагогическим замыслом урока.

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе обучающихся, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности обучающихся. Педагог может перенести изучение в следующий класс или вовсе исключить из программы те движения, прохождение которых окажется, недоступным данному классу в связи с ограниченностью возможностей обучающихся. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы. Возможно также некоторое изменение в порядке прохождения материала. В конце каждой четверти проводится контрольный, обобщающий или открытый урок, концерт, урок-концерт, праздник и т.д. Форма контроля определяется на усмотрение учителя.

2.6. Рабочая программа воспитания

Особенности реализуемого воспитательного пространства (см. Особенности организации образовательного процесса)

Цель воспитания: создание условий для усвоения социально-значимых знаний, развития социально-значимых отношений, приобретения опыта социально-значимых дел.

Задачи воспитания:

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формировать и пропагандировать здоровый образ жизни.

Виды, формы и содержание деятельности

Работа с коллективом обучающихся детского объединения нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления, этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу, к своей малой Родине.

Работа с родителями обучающихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения (организация и проведение открытых занятий в течение учебного года);
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках направлений воспитательной работы учреждения. Каждое из них представлено в соответствующем модуле («Рабочая программа воспитания МБУ ДО «Дом детского творчества» на 2021-2026 гг. <http://ddt-abinsk.ru/svedeniya-ob-obrazovatelnoj-organizacii/dokumenty/>).

План воспитательных мероприятий на каждую учебную группу прилагается (приложение 2)

№ п/п	модуль	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1.	«Ключевые коллективные дела»	День открытых дверей «Мы вам рады» в объединении	Организация выставки или участие в концертной деятельности, или мастер-классе, с целью вовлечения обучающихся школ в дополнительное образование	1-9 сентября
2.	«Деятельность объединений»	День солидарности в борьбе с терроризмом	Урок Мужества	3 сентября
3.	«Казачество»	День кубанского казачества (третья суббота октября)	Игра-путешествие	16 октября
4.	«Работа с родителями»	Родительское собрание на тему: «Как раскрыть потенциал ребенка»	Беседа, диспут	17 октября
5.	«Казачество»	На Кубани мы живем	Викторина, квест	7 ноября
6.	«Экскурсии, экспедиции»	Посещение музея г. Абинска	экскурсия	12 ноября

	походы»			
7.	«Деятельность объединений»	День матери. Подарок маме	Мастер-класс	25 ноября
8.	«Воспитание экологической культуры»	Спасем родную природу	Конкурс рисунков	4 декабря
9.	«Организация предметно-эстетической среды»	Новый год стучит в окно	Оформление интерьера помещений	18-19 декабря
10	«Деятельность объединений»	Встречаем Новый год	Общение в импровизированном кафе (конкурсы с чаепитием)	27 декабря
11	«Казачество»	Рождественская звезда	Мастер-класс	5 января
12	«Профилактическая деятельность»	Мои права	Ролевая игра	12 января
13	«Школьные музеи»	Давным - давно была война	Литературная гостиная	17 февраля
14	«Ключевые коллективные дела»	День защитника Отечества	Урок памяти	21 февраля
15	«Профорientация»	Посещение швейной фабрики г. Абинска	экскурсия	26 февраля
16	«Воспитание экологической культуры»	Весна-красна	Викторина	3 марта
17	«Деятельность объединений»	Мамин день	концерт	12 марта
18	«Профилактическая деятельность»	Внимание, дети!	Ролевая игра	27 марта
19	«Экскурсии, экспедиции, походы»	Посещение парка г. Абинска	экскурсия	5 апреля
20	«Воспитание экологической культуры»	Космические просторы	Игра-путешествие	12 апреля
21	«Ключевые коллективные дела»	Международная акция «Георгиевская ленточка»	Встреча с ветеранами	7 мая
22	«Деятельность объединений»	Международный день семьи	Ролевая игра	15 мая
23	«Экскурсии, экспедиции, походы»	Поход выходного дня		20 мая
24	«Работа с родителями»	Родительское собрание на тему: «Итоги года»	Концерт, эстафета	29 мая

2.7. Список литературы

Список литературы для педагога

- 1.Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». - М.: ТЦ Сфера, 2009
- 2.Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. Л. Москва 1964
- 3.Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва 2000
- 4.Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение.
- 5.Ваганова А.Я. Основы классического танца.- С.-П.,2000
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы».- М.: ВАКО, 2007
- 7.Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1 издательство “музыка”. Москва 1972 год.
- 8.Конорова Е.В. Занятия по ритмике в I и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Москва 1973
- 9.Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике, издательство Москва 1987
- 10.Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание».- М.: Просвещение, 1989
- 11.Руднева С.Д. Фиш З. Ритмика. Музыкальное движение Москва просвещение 1972
- 12.Ткаченко Т.С Народные танцы Москва 1975.
- 13.Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва 1989
- 14.Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу».- М., 2008

Список литературы для обучающихся

- 1.Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». - М.: ТЦ Сфера, 2009
- 2.Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. Л. Москва 1964
- 3.Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва 2000
- 4.Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение.
- 5.Ваганова А.Я. Основы классического танца.- С.-П.,2000

Календарный учебный график 1 года обучения

№	Дата план	Дата факт	Форма занятия	Кол-во часов	№ Темы	Содержание	Форма контроля
1. Вводное занятие							Устный опрос
1			теоретическое	2	1	Т.Б. Беседа с детьми о целях и задачах первого года обучения, о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.	
2. Ритмика (элементы музыкальной грамоты):							Творческий просмотр, урок-зачет
2			Практические	2	2	Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро)	
3			Практические	2	2	Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении	
4			Практические	2	2	Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении	
5			Практические	2	2	Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части (в частях тема), музыкальная фраза.	
6			Практические	2	2	Умение выполнять движения в разных темпах.	
7			Практические	2	2	Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко)	
8			Практические	2	2	Умение выполнять движения с различной амплитудой, силой в зависимости от динамических оттенков музыки	
9			Практические	2	2	Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.	
3. Танцевальная азбука							Творческий просмотр, урок-зачет
10			Групповое, практическое	2	3	Экзерсис на полу	
11			Групповое, практическое	2	3	Партерный экзерсис на полу	
12			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	
13			Групповое, практическое	2	3	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.	
14			Групповое, практическое	2	3	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.	

15.			Групповое, практическое	2	3	Подготовка к «веревочке»: с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно	
16.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	
17			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника	
18			Групповое, практическое	2	3	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	
19.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов.	
20.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на исправление осанки.	
21.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на исправление осанки.	
4. Танцевальные движения							зачет
22			Групповое, практическое	2	4	Поклон реверанс; Сценический шаг; Шаг на полупальцах; Легкий бег; Подскоки	
23.			Групповое, практическое	2	4	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	
24.			Групповое, практическое	2	4	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	
25.			Групповое, практическое	2	4	Танцевальный бег с различным положением рук Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах;	
26.			Групповое, практическое	2	4	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	
27.			Групповое, практическое	2	4	Разучивание позиций рук и ног.	
28.			Групповое, практическое	2	4	Положения рук в танцах	Обобщающее, Контрольное занятие
5. Танцевальный репертуар							Концерт, просмотр и анализ, тестирование
29			Групповое, практическое	2	5	Упражнения на ориентировку в пространстве	
30.			Групповое, практическое	2	5	танцы, построенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме: Хоровод, “Сударушка”:	
31			Групповое, практическое	2	5	Русская хороводная пляска “Выйду ль я на реченьку”; Русская пляска (свободной композиции).	
32			Групповое, практическое	2	5	Детские бальные танцы	
33.			Групповое, практическое	2	5	Детские бальные танцы	

34.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	
35.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	
6.Итоговое занятие							
36			Открытое занятие	2	6	Подведение итогов работы за год.	Открытое занятие для родителей

Календарный учебный график 2 года обучения

№	Дата план	Дата факт	Форма занятия	Кол-во часов	№ Темы	Содержание	Форма контроля
1. Вводное занятие							Устный опрос
1			теоретическое	2	1	Т.Б. Беседа с детьми о целях и задачах второго года обучения, о правилах поведения на занятиях ритмики, о форме одежды для занятий.	
2.Ритмика (элементы музыкальной грамоты):							Творческий просмотр, урок-зачет
2			Практические	2	2	Повторение с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро)	
3			Практические	2	2	Повторение понятий легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении	
4			Практические	2	2	Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении	
5			Практические	2	2	Понятия: вступление, части (в частях тема), музыкальная фраза.	
6			Практические	2	2	Умение выполнять движения в разных темпах.	
7			Практические	2	2	Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко)	
8			Практические	2	2	Умение выполнять движения с различной амплитудой, силой в зависимости от динамических оттенков музыки	
9			Практические	2	2	Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.	
3.Танцевальная азбука							Творческий просмотр, урок-зачет
10			Групповое, практическое	2	3	Экзерсис на полу	
11			Групповое, практическое	2	3	Партерный экзерсис на полу	
12			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	
13			Групповое, практическое	2	3	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава..	
14			Групповое, практическое	2	3	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.	
15.			Групповое, практическое	2	3	Подготовка к «веревочке»: с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно	

16.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	
17			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника	
18			Групповое, практическое	2	3	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	
19.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов.	
20.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на исправление осанки.	
21.			Групповое, практическое	2	3	Упражнения на исправление осанки.	
4. Танцевальные движения							зачет
22			Групповое, практическое	2	4	Поклон реверанс; Сценический шаг; Шаг на полупальцах; Легкий бег; Подскоки	
23.			Групповое, практическое	2	4	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	
24.			Групповое, практическое	2	4	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	
25.			Групповое, практическое	2	4	Танцевальный бег с различным положением рук Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах;	
26.			Групповое, практическое	2	4	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	
27.			Групповое, практическое	2	4	Разучивание позиций рук и ног.	
28.			Групповое, практическое	2	4	Положения рук в танцах	Обобщающее, Контрольное занятие
5. Танцевальный репертуар							Концерт, просмотр и анализ, тестирование
29			Групповое, практическое	2	5	Упражнения на ориентировку в пространстве	
30.			Групповое, практическое	2	5	танцы, построенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме: Хоровод, “Сударушка”:	
31			Групповое, практическое	2	5	Русская хороводная пляска “Выйду ль я на реченьку”; Русская пляска (свободной композиции).	
32			Групповое, практическое	2	5	Детские балльные танцы	
33.			Групповое, практическое	2	5	Детские балльные танцы	
34.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	

35.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	
6.Итоговое занятие							
36			Открытое занятие	2	6	Подведение итогов работы за год.	Открытое занятие для родителей

Календарный учебный график 3 года обучения

№	Дата план	Дата факт	Форма занятия	Кол-во часов	№ Темы	Содержание	Форма контроля
					1. Вводное занятие		Устный опрос
1			теоретическое	2	1	Т.Б. Беседа с детьми о целях и задачах третьего года обучения, о правилах поведения на занятиях ритмики, о форме одежды для занятий.	
					2.Ритмика (элементы музыкальной грамоты):		Творческий просмотр, урок-зачет
2			Практические	2	2	Повторение пройденного материала на новом музыкальном материале.	
3			Практические	2	2	Повторение пройденного материала на новом музыкальном материале.	
4			Практические	2	2	Знакомство с триолями, с различными видами синкоп	
5			Практические	2	2	Знакомство с триолями, с различными видами синкоп	
6			Практические	2	2	Знакомство с триолями, с различными видами синкоп	
7			Практические	2	2	Переменный счет, танцевальные жанры	
8			Практические	2	2	Переменный счет, танцевальные жанры	
9			Практические	2	2	Переменный счет, танцевальные жанры	
			Групповое, практическое		3.Танцевальная азбука		Творческий просмотр, урок-зачет
10			Групповое, практическое	2	3	Экзерсис у станка	
11			Групповое, практическое	2	3	Деми-плие, гранд-плие по 1,2,5 позиции	
12			Групповое, практическое	2	3	Экзерсис у станка	
13			Групповое, практическое	2	3	Работа пятки опорной ноги; перевод стопы с носка на каблук.	
14			Групповое, практическое	2	3	Работа пятки опорной ноги; перевод стопы с носка на каблук.	
15.			Групповое, практическое	2	3	Подготовка к «веревочке»: с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно	
16.			Групповое, практическое	2	3	Подготовка к «веревочке»: с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно	

17		Групповое, практическое	2	3	Battementsdeveloppes на 90 град. С одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад	
18		Групповое, практическое	2	3	Battementsdeveloppes на 90 град. С одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад	
19.		Групповое, практическое	2	3	Battementsdeveloppes на 90 град. С одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад	
20.		Групповое, практическое	2	3	Выстукивание в русском характере.	
21.		Групповое, практическое	2	3	Выстукивание в русском характере.	
		Групповое, практическое		4.Танцевальные движения		зачет
22		Групповое, практическое	2	4	Выстукивание в русском характере. Веребочка двойная.	
23.		Групповое, практическое	2	4	Выстукивание в русском характере. Веребочка двойная.	
24.		Групповое, практическое	2	4	Разножка на полу в стороны, разножка вперед на каблук одной ноги и на носок другой	
25.		Групповое, практическое	2	4	Разножка на полу в стороны, разножка вперед на каблук одной ноги и на носок другой Дробные выстукивания.	
26.		Групповое, практическое	2	4	Хлопушки : из ударов только в ладоши; сочетание ударов в ладони с ударами по ногам, корпусу и полу;	
27.		Групповое, практическое	2	4	Хлопушки : из ударов только в ладоши; сочетание ударов в ладони с ударами по ногам, корпусу и полу;	
28.		Групповое, практическое	2	4	Дробные выстукивания	Обобщающее, Контрольное занятие
				5.Танцевальный репертуар		Концерт, просмотр и анализ, тестирование
29		Групповое, практическое	2	5	Знакомство с репертуаром	
30.		Групповое, практическое	2	5	Русский пляс, Перепляс – свободной композиции	
31		Групповое, практическое	2	5	Русский пляс, Перепляс – свободной композиции	

32			Групповое, практическое	2	5	Фигурный вальс	
33.			Групповое, практическое	2	5	Фигурный вальс	
34.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	
35.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	
			групповое		6.Итоговое занятие		
36			Открытое занятие	2	6	Подведение итогов работы за год.	Открытое занятие для родителей

Календарный учебный график 4 года обучения

№	Дата план	Дата факт	Форма занятия	Кол- во часов	№ Темы	Содержание	Форма контроля
					1. Вводное занятие		Устный опрос
1			теоретическое	2	1	Т.Б. Беседа с детьми о целях и задачах четвертого года обучения, о правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.	
					2.Ритмика (элементы музыкальной грамоты):		Творческий просмотр, урок-зачет
2			Практические	2	2	Повторение пройденного материала на новом музыкальном материале.	
3			Практические	2	2	Повторение пройденного материала на новом музыкальном материале.	
4			Практические	2	2	Знакомство с триолями, с различными видами синкоп	
5			Практические	2	2	Знакомство с триолями, с различными видами синкоп	
6			Практические	2	2	Знакомство с триолями, с различными видами синкоп	
7			Практические	2	2	Переменный счет, танцевальные жанры	
8			Практические	2	2	Переменный счет, танцевальные жанры	
9			Практические	2	2	Переменный счет, танцевальные жанры	
			Групповое, практическое		3.Танцевальная азбука		Творческий просмотр, урок-зачет
10			Групповое, практическое	2	3	Экзерсис у станка	
11			Групповое, практическое	2	3	Деми-плие, гранд-плие по 1,2,5 позиции	

12		Групповое, практическое	2	3	Экзерсис у станка	
13		Групповое, практическое	2	3	Работа пятки опорной ноги; перевод стопы с носка на каблук.	
14		Групповое, практическое	2	3	Работа пятки опорной ноги; перевод стопы с носка на каблук.	
15.		Групповое, практическое	2	3	Подготовка к «веревочке»: с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно	
16.		Групповое, практическое	2	3	Подготовка к «веревочке»: с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно	
17		Групповое, практическое	2	3	Battementsdeveloppes на 90 град. С одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад	
18		Групповое, практическое	2	3	Battementsdeveloppes на 90 град. С одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад	
19.		Групповое, практическое	2	3	Battementsdeveloppes на 90 град. С одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад	
20.		Групповое, практическое	2	3	Выстукивание в русском характере.	
21.		Групповое, практическое	2	3	Выстукивание в русском характере.	
		Групповое, практическое		4.Танцевальные движения		зачет
22		Групповое, практическое	2	4	Выстукивание в русском характере. Веребочка двойная.	
23.		Групповое, практическое	2	4	Выстукивание в русском характере. Веребочка двойная.	
24.		Групповое, практическое	2	4	Разножка на полу в стороны, разножка вперед на каблук одной ноги и на носок другой	
25.		Групповое, практическое	2	4	Разножка на полу в стороны, разножка вперед на каблук одной ноги и на носок другой Дробные выстукивания.	
26.		Групповое, практическое	2	4	Хлопушки : из ударов только в ладоши; сочетание ударов в ладони с ударами по ногам, корпусу и полу;	
27.		Групповое, практическое	2	4	Хлопушки : из ударов только в ладоши; сочетание ударов в ладони с ударами по ногам, корпусу и полу;	
28.		Групповое, практическое	2	4	Дробные выстукивания	Обобщающее, Контрольное

							занятие
					5.Танцевальный репертуар		Концерт, просмотр и анализ, тестирование
29			Групповое, практическое	2	5	Знакомство с репертуаром	
30.			Групповое, практическое	2	5	Русский пляс, Перепляс – свободной композиции	
31			Групповое, практическое	2	5	Русский пляс, Перепляс – свободной композиции	
32			Групповое, практическое	2	5	Фигурный вальс	
33.			Групповое, практическое	2	5	Фигурный вальс	
34.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	
35.			Групповое, практическое	2	5	Полянка	
			групповое		6.Итоговое занятие		
36			Открытое занятие	2	6	Подведение итогов работы за год.	Открытое занятие для родителей

Мониторинг личностного развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов
I. Организационно-волевые качества.			
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности.	Терпения хватает менее чем на 1/2 занятия. Терпения хватает более чем на 1/2 занятия. Терпения хватает на все занятие.	1 5 10
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям.	Волевые усилия ребенка побуждаются извне. Иногда — самим ребенком. Всегда — самим ребенком.	1 5 10
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	Ребенок постоянно действует под воздействием контроля извне. Периодически контролирует себя сам. Постоянно контролирует себя сам.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности организационно-волевых качеств	Низкий Средний Высокий	до 3 4-15 16-30
II. Ориентационные качества			
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям.	Завышенная. Заниженная. Нормальная.	1 5 10
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы.	Интерес к занятиям продиктован ребенку извне. Интерес периодически поддерживается самим ребенком. Интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности ориентационных качеств	Низкий Средний Высокий	до 2 3-10 11-20
III. Поведенческие качества			
3.1. Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) процессе взаимодействия)	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации.	Периодически провоцирует конфликты. Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать. Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты.	1 5 10

3.2. Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные.	Избегает участия в общих делах. Участвует при побуждении извне. Инициативен в общих делах.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности поведенческих качеств	Низкий Средний Высокий	До 2 3-10 11-20
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	Результат личностного развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы	Низкий Средний Высокий	0 – 7 8-37 38 - 70
Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов
I. Организационно-волевые качества.			
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности.	Терпения хватает менее чем на 1/2 занятия. Терпения хватает более чем на 1/2 занятия. Терпения хватает на все занятие.	1 5 10
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям.	Волевые усилия ребенка побуждаются извне. Иногда — самим ребенком. Всегда — самим ребенком.	1 5 10
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	Ребенок постоянно действует под воздействием контроля извне. Периодически контролирует себя сам. Постоянно контролирует себя сам.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности организационно-волевых качеств	Низкий Средний Высокий	до 3 4-15 16-30
II. Ориентационные качества			
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям.	Завышенная. Заниженная. Нормальная.	1 5 10
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы.	Интерес к занятиям продиктован ребенку извне. Интерес периодически поддерживается самим ребенком. Интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности ориентационных качеств	Низкий Средний Высокий	до 2 3-10 11-20
III. Поведенческие качества			
3.1. Конфликтность (отношение ребенка к)	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации.	Периодически провоцирует конфликты. Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать.	1 5

