

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА» Г. СВЕТОГОРСК**

**ПРИНЯТА**  
на заседании педагогического совета  
МБОУ ДО «ДюЦТ» г. Светогорск  
Протокол № 1 от 30.08.2024

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом МБОУ ДО «ДюЦТ» г. Светогорск  
№ 34 от 02.09.2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Ритмика – ТЕМП»**

**Автор: педагог дополнительного  
образования Шпигорь Людмила  
Ивановна  
Срок реализации программы: 4 года**

**г. Светогорск  
2024 г.**

## Пояснительная записка.

**Направленность программы:** художественная.

**Актуальность:** программы заключается в том, что в ней сделан акцент на коррекционно-развивающий процесс в обучении, построенный с учетом возрастных психофизических особенностей учащихся 1-4 классов. Именно поэтому в программу включены “Музыкально-ритмические упражнения”, более полно и систематизировано дан материал в разделе “Музыкально-танцевальная азбука”.

**Педагогическая целесообразность :**Занятия танцем способствуют гармоничному развитию художественно-творческих и музыкально-двигательных способностей обучающихся, позволяют расширить кругозор, воспитывают культуру поведения. Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру и развивает ребенка всесторонне.

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика-Темп» *художественной направленности* разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273 - ФЗ № 273;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 марта 2022 года № 678-р);
- Паспорта федерального проекта «Успех каждого ребенка», Приложения к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 года №3;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении информации «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Письма Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 01 апреля 2015 года № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности».
- Устава МБОУ ДО «ДюЦт» г. Светогорск.

**Цель программы:**

Формирование и совершенствование двигательных навыков, укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и способностей.

Универсальные учебные действия	Планируемые результаты	Задачи программы
Личностные	<b>Личностные:</b> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни; -знание основных моральных	<b>Воспитательные:</b> Воспитание волевых качеств, формирование характера, утверждение активной жизненной позиции.

	норм и ориентация на их выполнение; -развитие этических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения, толерантность.	
<b>Регулятивные</b>	<b>Метапредметные:</b> Умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, уметь работать в коллективе	<b>Развивающие:</b> Развитие творческих способностей, духовное, нравственное и эстетическое совершенствование детей.
<b>Познавательные</b>	Способность осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;	
<b>Коммуникативные</b>	Навыки анализа исполняемых танцевальных номеров, умение выражать своё мнение и аргументировать свою точку зрения;	
	<b>Предметные:</b> Интерес и потребность к восприятию музыки и движений. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений. Наличие творчества в исполнении выразительности движений игр и плясок. Целостное восприятие деятельности: восприятие выразительности, игрового содержания, понимание сюжета игры или композиции танца	<b>Обучающие:</b> Развитие выносливости, координированности, гибкости, грации, пластики, танцевальности, чувства ритма, памяти. Расширение объема знаний о различных видах двигательной активности, различных средствах музыкального языка, освоение техники движений в соответствии с характером музыки, о средствах музыкального языка.

#### **Отличительные особенности программы:**

Программа разработана на основе программ, утвержденных Министерством Культуры РФ. Программа предназначена для занятий ритмикой с учениками начальных классов и носит комплексный интегративный характер, т.к.:

- направлена на интеграцию разных видов деятельности ребенка (физкультура, музыка, танец), охватывает основные направления его развития;
- физическое совершенствование (коррекция и развитие координации, осанки, мелкой моторики, укрепление мышц тела);
- психическая деятельность (развитие зрительной, слуховой, двигательной реакции и памяти);
- различные виды мышления (наглядно-образное, словесно-логическое и т.д.);
- творческие способности, музыкальный слух, ритм, творческое воображение, пластическая выразительность;

-эмоционально-личностная сфера (отношение к окружающим, способность к самооценке, к волевому усилию и т. д.)

**Возраст обучающихся:** 7 – 11 лет.

**Сроки реализации программы:** программа рассчитана на 4 года

**Форма и режим занятий:**

**Форма обучения:** очная.

**Форма проведения занятий:** аудиторная.

**Форма организации занятий:** групповые практические занятия проводятся два раза в неделю по одному часу

**Уровень освоения программы:** базовый.

**Условия приёма:** все желающие без предварительного отбора.

**Планируемые результаты и формы их оценки:**

**Личностные:**

- осознание значимости занятий танцевальным искусством для личного развития.
- потребность сотрудничества со сверстниками,
- доброжелательное отношение друг к другу.

**Метапредметные:** способность

- понимать и принимать учебную задачу, поставленную педагогом,
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности,
- адекватно воспринимать предложения и оценку педагога,
- уметь работать в парах и группе,
- анализировать причины успеха-неуспеха.
- проявлять инициативу и активность,

**Предметные:** способность

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в сценическом пространстве;
- выполнять основные движения, различать по темпу музыки.
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

Проверка общей успеваемости обучающихся осуществляется при помощи текущей, промежуточной и итоговой аттестации.

Форма проведения текущей аттестации – наблюдение

- Качество выполнения разученных движений
- Проверочная работа

Форма проведения промежуточной аттестации - Зачетное занятие

- Самостоятельное исполнение разученных комбинаций и мини постановок

Форма проведения итоговой аттестации - итоговое зачетное занятие

Концерт.

**Учебно-тематический план**

*1 год обучения*

№	Раздел	Теория	Практика	Всего часов	Форма занятий
1	Вводное занятие	2	-	2	Собеседов.
2	Общеукрепляющие упражнения	1	5	6	Групп. занятие

3	Общеразвивающие упражнения	2	20	22	Групп. занятие
4	Зачетное занятие	-	1	1	Групп. занятия
5	Музыкально-танцевальная азбука	2	38	40	Групп. занятие
6	Зачётное занятие	-	1	1	Групп. занятие
<b>Всего часов</b>		<b>7</b>	<b>65</b>	<b>72</b>	

**2 год обучения**

№	Раздел	Теория	Практика	Всего часов	Форма занятий
1	Вводное занятие	2	-	2	Собеседов.
2	Общеукрепляющие упражнения	1	5	6	Групп. занятия
3	Общеразвивающие упражнения	2	20	22	Групп. занятия
4	Зачётное занятие	-	1	1	Групп. занятия
5	Музыкально-танцевальная азбука	2	38	40	Групп. занятие
6	Зачётное Занятие	-		1	Групп. занятие
<b>Всего часов</b>		<b>7</b>	<b>65</b>	<b>72</b>	

**3-4 год обучения**

№	Раздел	Теория	Практика	Всего часов	Форма занятий
1	Вводное занятие	2	-	2	Собеседов.
2	Общеукрепляющие упражнения	1	5	6	Групп. занятие
3	Общеразвивающие упражнения	2	20	22	Групп. занятие
4	Зачётное занятие	-	1	1	Групп. занятие
5	Музыкально-танцевальная азбука	2	38	40	Групп. занятие
6	Итоговое занятие	-	1	1	Групп. занятие
<b>Всего часов</b>		<b>7</b>	<b>65</b>	<b>72</b>	

**Содержание программы**

**1 год обучения**

№	Раздел Тема
1.	<b>Вводное занятие</b>
	<b>Теория:</b> 1.Беседа по технике безопасности 2.Цели, задачи, форма занятий в группе. 3.Внешний вид.
2.	<b>I.Общеукрепляющие упражнения (ОУУ)</b>
	<b>Теория:</b>

	<p>Устное наглядное объяснение.</p> <p><b>Практика:</b>  Упражнения, стоя в линиях.  1. Demi-plie и releve по 1, 6 позициям.  2. Battementtendu в сторону по 1 позиции.  3. Перевод ноги с носка на каблук.  4. Подготовка к "штопору".  5. Наклоны корпуса.  6. Упражнения для плечевого пояса, шеи и головы, стопы.  7. Sante в игровых образах.</p> <p><i>Партнер.</i>  1. Работа стопы.  2. Наклоны корпуса вперед сидя.  3. Упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины по системестретчинга.  4. Простейшие упражнения на развитие координации (руки - ноги, синхронно и последовательно).</p>
3.	<p><b>II.Общеразвивающие упражнения (ОРУ)</b></p>
	<p><b>Теория:</b>  Развитие навыков точной ориентации в пространстве.  Устное пояснение</p> <p><b>Практика:</b>  Знакомство с понятиями круг, колонна, шеренга.  Командная игра "Давайте рисовать". Простейшие горизонтально-вертикальные фигурные маршировки на шагах, в последствии с заданиями отвлекающего характера (хлопки, подскоки, игра на инструментах и т.д.)</p> <p><b>Теория:</b>  Развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти и реакции.  Устное пояснение</p> <p><b>Практика:</b>  Коллективные игры:  «Светофор»  «Регулировщик движения»  «Делай, как я»</p> <p><b>Теория:</b>  Развитие музыкального слуха, ритма.  Работа с ритмом в музыкальном размере 4/4.</p> <p><b>Практика:</b>  Простейшие хлопки, притопы, хлопки-притопы. Игра "Эхо" (ритмические рисунки по заданию учителя).  Работа с мячом: удары об пол в различных ритмических рисунках, в сочетаниях с подбрасыванием мяча.  Знакомство с размером 3/4. Работа с мячом в размере 3/4 индивидуально и в парах.  В парах:  подбросить - поймать  перекатить - поймать.</p> <p><b>Теория:</b>  Упражнения, развивающие творческое воображение, пластическую выразительность.  Устное пояснение.</p> <p><b>Практика:</b></p>

	Имитационные упражнения по заданию учителя (в характере музыки). Сначала - предметы, животные, затем - действия (по времени года). Игра "Угадайка" - один ребенок показывает (Кто это? Что делает?), остальные - отгадывают.
<b>4.</b>	<b>III. Музыкально-танцевальная азбука</b>
	<p><b>Теория:</b> Элементы музыкальной грамоты - характер музыки: весело-грустно, мягко-остро; - темп музыки - медленно-быстро; - динамика - тихо-громко; - строение музыкальной речи: предложение, музыкальная фраза; - размер 4/4, 3/4, 2/4</p> <p><b>Практика:</b> - характер, темп музыки: соотношение с движениями; - шаг (виды шага), прыжок, подскок, галоп; - музыкальный размер 4/4, 2/4.</p> <p><i>Репертуар:</i> Танцы, построенные на шагах, прыжках, подскоках, галопе: "Прогулка", "Чебурашка", "Утята".</p> <p><b>Теория:</b> Танцы, основанные на народном материале. Простейшие сведения о народном танце, его особенностях, своеобразии. Хороводы, пляски. Связь танца с национальным костюмом и бытом.</p> <p><b>Практика:</b> Прекрасное в образах сказочных героев: Иванушка, Царь-девица, Конек-Горбунок, Снегурочка и т.д. Писатели, художники и музыканты о русской народной сказке. Волшебный мир русской сказки: куклы в национальных костюмах. Простой переменный шаг. Репертуар: русский хоровод.</p> <p><b>Теория:</b> Танцы в современных ритмах. Беседа о динамической координации, пластической выразительности, ритмичности, о богатстве музыкальной и танцевальной истории.</p> <p><b>Практика:</b> «Локомотив».</p> <p><b>Теория:</b> Бальные танцы. Беседа о многообразии танцевальной культуры, ее ритмической структуры; о взаимоотношении между мальчиками и девочками.</p> <p><b>Практика:</b> «Приглашение на танец»</p> <p><b>Практика:</b> Танцевальные игры «Ручеек».</p>
<b>5</b>	<b>Зачётное занятие</b>
<b>2 год обучения</b>	
<b>№</b>	<b>Раздел</b> <b>Тема</b>
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>

	<p><b>Теория:</b>  1.Беседа по технике безопасности  2.Цели, задачи, форма занятий в группе.  3.Внешний вид.</p>
<b>2.</b>	<p><b>I.Общеукрепляющие упражнения (ОУУ)</b></p> <p><b>Теория:</b>  Устное наглядное объяснение.</p> <p><b>Практика:</b>  1. Demi-plie и releve по 1, 2, 3, 6 позициям.  2. Battementtendu по 1, 3 позициям вперед и в сторону.  3. “Штопор” с изменением ритмических рисунков.  4. Работа стопы в различных направлениях с plie.  5. Упражнения для мышц колен.  6. Упражнения на развитие координации, смешанные в простейших танцевальных связках.  7. Джогинг в контрастных темпах. Стретчинг.</p> <p><i>Партер.</i>  1. Растяжки.  2. Упражнения на укрепление мышц спины.  3. Упражнения на пресс.</p>
<b>3.</b>	<p><b>II.Общеразвивающие упражнения (ОРУ)</b></p> <p><b>Теория:</b>  Развитие навыков точной ориентации в пространстве.  Устное пояснение</p> <p><b>Практика:</b>  Фигурные маршировки с усложненным вертикально-горизонтальным рисунком, с переходом в пары, колонны, шеренги, с усложнением, различными заданиями танцевального, ритмического характера.</p> <p><b>Теория:</b>  Развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти и реакции.  Устное пояснение</p> <p><b>Практика:</b>  Коллективные и командные игры полусамостоятельного характера:  «Запоминайка»  «Запрещенное движение»  «Карлики и великаны»</p> <p><b>Теория:</b>  Развитие музыкального слуха, ритма.  Знакомство с сильной и слабой долями такта 2/4, 3/4.</p> <p><b>Практика:</b>  Ритмические рисунки с акцентированием сильной и слабой долей такта руками и ногами.  Работа индивидуально с ритмическими рисунками, обозначенными смешанно (руками – движением, ногами – движением).  Работа в группах (шеренги) с выполнением ритмических рисунков синхронно и последовательно (“Волна”).  Индивидуальная самостоятельная работа учащихся по составлению своих ритмических рисунков без музыки, на заданную музыку (игра “Делай, как я”).  Работа с мячом:  Индивидуальная:  удар мяча об пол на сильную долю такта (размер 2/4, 3/4);  подброс мяча вверх на сильную долю такта 2/4, 3/4.</p>



	<p>Комбинация простейших танцевальных движений в сочетании с ударом мяча об пол или подбрасыванием его вверх на 2/4, 3/4 с сохранением акцента на сильную долю такта.</p> <p>Работа с мячом в паре:  подбросить – поймать,  перебросить – поймать,  подбросить – поймать,  перекатить – поймать.</p> <p>Работа в размере 2/4, 3/4.</p> <p><b>Теория:</b>  Упражнения, развивающие творческое воображение, пластическую выразительность.  Устное пояснение.</p> <p><b>Практика:</b>  Имитационные упражнения по заданию учителя с передачей <i>характера</i> героя или действий (хитрый лисенок, ласковый дождь, сильный ветер).  Игра “Художник”. Учитель показывает ученикам несколько картин и предлагает, прослушав популярную классическую музыку, выбрать ту картину, которая отвечает настроению музыки.  Игра “Волшебник”. Учитель предлагает контрастную по характеру, ритму и темпу музыку. В кого можно превратиться под эту музыку? Почему? Дети показывают и отвечают.  Игра “Веселый скульптор”. Дети “превращаются” по заданию учителя в тот или иной предмет, животное, замерев в скульптурной позе.</p>
4.	<p><b>III. Музыкально-танцевальная азбука</b></p>
	<p><b>Теория:</b>  Элементы музыкальной грамоты  - характер музыки: весело-грустно, мягко-остро;  - темп музыки – медленно-быстро;  - динамика – тихо-громко;  - строение музыкальной речи: предложение, музыкальная фраза;  - размер 4/4, 3/4, 2/4</p> <p><b>Практика:</b>  - связь характера, темпа и динамики музыки с движением. Простейшие танцевальные импровизации, связанные с темпом и динамикой музыки.  - музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4;  - шаг польки, вальсовая дорожка.</p> <p>Репертуар: «Чарльстон», «О-ла-ла», «Колокольный звон».</p> <p><b>Теория:</b>  Танцы, основанные на народном материале.  Простейшие сведения о народном танце, его особенностях, своеобразии.  Хороводы, пляски. Связь танца с национальным костюмом и бытом.</p> <p><b>Практика:</b>  Закрытая и открытая позиция ног. Положения рук в паре.  Ковырялочка, тройной переменный шаг, топотушки.  Этюды-импровизации по сказкам А.С. Пушкина с привлечением материалов изобразительного искусства, классической музыки, литературы.</p> <p>Репертуар: «Светит месяц», «Барыня», «Краковяк».</p> <p><b>Теория:</b>  Танцы в современных ритмах.  Беседа о динамической координации, пластической выразительности, ритмичности, о богатстве музыкальной и танцевальной истории.</p>

	<p><b>Практика:</b> «Зеркало».</p> <p><b>Теория:</b> Бальные танцы Ритмическая структура, характер танца</p> <p><b>Практика:</b> «Медленный вальс»</p> <p><b>Практика:</b> Танцевальные игры «Вертушки», «Сова».</p>
5	<b>Зачётное занятие</b>

### 3 – 4 год обучения

№	Раздел	Тема
1.	<b>Вводное занятие</b>	
	<p><b>Теория:</b> 1.Беседа по технике безопасности 2.Цели, задачи, форма занятий в группе. 3.Внешний вид.</p>	
2.	<b>I.Общеукрепляющие упражнения (ОУУ)</b>	
	<p><b>Теория:</b> Устное наглядное объяснение.</p> <p><b>Практика:</b> 1. Demi-plie и releve по 1, 2, 3, 6 позициям в различных ритмах с добавлением движений руками. 2. Battementtendu по 1,2, 3, 6 позициям крестом и с plie. 3. “Штопор” с изменением темпа движения и с добавлением движений рук. 4. Работа стопы (носок и каблук): Rondejamberarterre с plie в комбинациях. 5. Упражнения для мышц колен в различных ритмах и темпах. 6. Джогинг на физическую выносливость с движениями рук. 7. Упражнения на развитие координации (усложненные, контрастные по темпу и ритму исполнения, асинхронные). <i>Партер. Стретчинг.</i> Позы: “Березка” “Рыбка” “Кораблик” “Ласточка”.</p>	
3.	<b>II.Общеразвивающие упражнения (ОРУ)</b>	
	<p><b>Теория:</b> Развитие навыков точной ориентации в пространстве. Устное пояснение</p> <p><b>Практика:</b> Фигурные маршировки с диагональными перестроениями, работой в парах, групповыми перестроениями, усложненные с переходом на круг с добавлением танцевальных движений, контрастных по ритму и темпу.</p> <p><b>Теория:</b> Развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти и реакции. Устное пояснение</p> <p><b>Практика:</b> Игры групповые, парные, самостоятельного характера: “Запомни номер движения”, “Эхо”, “Зеркало”, основанные на танцевальных движениях.</p>	

	<p><b>Теория:</b>          Развитие музыкального слуха, ритма.          Работа с ритмом в размерах 2/4, 3/4, 4/4.</p> <p><b>Практика:</b>          Самостоятельное составление ритмических рисунков на заданный музыкальный размер (руками, ногами, руками-ногами). Игра “Зеркало” – один ученик показывает рисунок, другие повторяют.          Выполнение ритмических рисунков каноном в шеренгах и по кругу.          Работа с ритмическими карточками.          Самостоятельное сочинение ритмических рисунков на любой стихотворный текст. “Сел комарик на дубок, на ракитовый кусток” и т. Д.          Работа в парах.          Один ученик отхлопывает ритмический рисунок на заданный учителем музыкальный размер, второй – придумывает простейшее танцевальное движение на этот ритмический рисунок.          Работа с мячом:          а). Индивидуальная: разучивание простейших танцевальных связок в сочетании с работой с мячом в различных ритмах.          Б). Танцевальная связка на народную музыку в групповом исполнении по кругу с перекидом мяча назад через голову, поворотом вокруг себя и т.д.          в). Придумывание своих “танцев” с мячом на заданную музыку индивидуально и в парах.</p> <p><b>Теория:</b>          Упражнения, развивающие творческое воображение, пластическую выразительность.          Устное пояснение.</p> <p><b>Практика:</b>          Игра “Нарисуем картину”. Прослушав яркую популярную классическую музыку (“Полет шмеля”, “Танец маленьких лебедей” и т.п.), учитель предлагает ученикам “нарисовать” словами свою картину на заданную музыку. Затем рассказывает о композиторе и музыке сам.          Пластическая иллюстрация учащимися песен (по группам, в парах и т.д.) – “Цирк”, “Бременские музыканты” и т.п. (массовая импровизация).          “Веселый концерт” – пластическое изображение на заданную музыку героев любимых мультфильмов (Чебурашка, Карлсон, Винни-Пух и т.п.), изображая внешность и характер своего героя (индивидуальная импровизация).          Создание пластических импровизаций на заданную учителем тему, основанную на классической музыке, например, “Времена года” Чайковского – этюды “Зима”, “Лето”, “Новый год” и т.д. (индивидуальная и массовая импровизация).</p>
4.	<p><b>III. Музыкально-танцевальная азбука</b></p> <p><b>Теория:</b>          Элементы музыкальной грамоты          - характер музыки: весело-грустно, мягко-остро;          - темп музыки – медленно-быстро;          - динамика – тихо-громко;          - строение музыкальной речи: предложение, музыкальная фраза;          - размер 4/4, 3/4, 2/4</p> <p><b>Практика:</b>          - связь сильных и слабых долей такта и характера движений;          - правый поворот вальса.          - танцевальные импровизации по одному и парами, связанные с характером музыки, ее размером.</p>

	<p><i>Репертуар:</i> «Берлинская полька», «Модный рок».</p> <p><b>Теория:</b> Связь народного танца с климатом, бытом, костюмом, национальным характером</p> <p><b>Практика:</b> <i>Репертуар:</i> «Цыганский», «Кантри», «Сударушка».</p> <p><b>Теория:</b> Танцы в современных ритмах. Беседа о динамической координации, пластической выразительности, ритмичности, о богатстве музыкальной и танцевальной истории.</p> <p><b>Практика:</b> «Зеркало».</p> <p><b>Теория:</b> Бальные танцы.</p> <p><b>Практика:</b> История, ритмическая структура, характер, своеобразие танцев: «Танго», «Вальс-бостон», «Самбарина», «Квадратная румба», «Фокстрот».</p> <p><b>Практика:</b> Танцевальные игры «Волчок», «Буги-вуги».</p>
<b>5</b>	<b>Зачётное занятие – 3 год обучения. Итоговое занятие-4 год обучения</b>

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### *1 год:*

Учащиеся должны *знать*:

- термины "громко-тихо", "высоко-низко" и соотносить их с музыкой и движением:
- характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный);
- темп музыки и движения (быстро, медленно, уверенно);
- названия простых общеразвивающих упражнений (в соответствии с программой);
- названия простых танцевальных шагов (прыжок, подскок, галоп, шаг);
- знать о характере взаимоотношений между мальчиками и девочками.

Учащиеся должны *уметь*:

- слышать изменение звучания музыки и передавать их движениями;
- повторять за учителем простейшие ритмические рисунки и придумывать их самим;
- выполнять простейшие подражательные движения и придумывать самим в зависимости от характера музыки;
- выполнять основные ОРУ с предметом и без них под музыку 4/4, 2/4;
- участвовать в 4-5 массовых и парных танцах, приглашать на танец.

#### *2 год:*

Учащиеся должны *знать*:

- термины, определяющие характер музыки (темп, ритм);
- термины, связанные с различными перестроениями (лицом к центру, лицом по ЛТ и т.п.);
- названия различных танцевальных движений.

*Уметь:*

- начать и закончить движение вместе с началом и окончанием музыкальной фразы;
- свободно работать с предметами по одному и в парах;
- точно передавать изменения темпа и ритма через изменение характера движений;

- передавать движением сильную и слабую доли такта;
- свободно передавать смешанные фигурные маршировки по одному и в парах;
- выполнять синхронно и последовательно смешанные ритмические рисунки;
- придумывать свои простейшие движения с предметом и без, по одному и в парах;
- четко выполнять несложные упражнения на развитие координации движений;
- общаться друг с другом на уровне мальчик-девочка;
- участвовать в 5-8 массовых парных, народных и современных танцах.

### **3-4 год:**

*Знать:* все полученные термины, связанные с музыкой и движением.

*Уметь:*

- выполнять любые ОРУ с предметом и без под музыку различного характера и темпа;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, метро-ритме и темпе музыки;
- выполнять свободные и точные перестроения в пространстве в усложненных фигурных маршировках;
- выполнять сложные смешанные ритмические рисунки каноном;
- участвовать в инсценировках различных песен, сказок, придумывать свои несложные танцевальные композиции;
- участвовать в 5-8 массовых, парных, народных, современных и балльных танцах;
- иметь закрепленные навыки общения на уровне "мальчик-девочка".

### **Методическое обеспечение программы.**

№	Раздел	Форма занятий	Методы	Методические материалы и ТСО	Форма подведения итогов
1	Вводное занятие	групповое занятие	беседа		собеседование
2	Общеукрепляющие упражнения	групповое занятие	объясн.-иллюстрат.	Буренина «Ритмическая гимнастика»	наглядная демонстрация усвоен.материала
3	Общеразвивающие упражнения	групповое занятие	репродуктивн	Попова «Общеразвивающ ие упр. В гимнастике»	наглядная демонстрация усвоен.материала
4	Музыкально-танцевальная азбука	групп. занятие	объясн.-иллюстрат. репродуктивн	Народно-сценический танец.» «Модерн-джаз танец»	наглядная демонстрация усвоен.материала
8	Сценическая практика	концертное выступление	практическая работа. Поисковый	Народно-сценический танец.» «Модерн-	наглядная демонстрация усвоен.материала
9	Итоговое занятие	концертн.выс тупл.	практическая работа	положение об аттестации	анализ исполнения

### **Методы и технологии реализации программы:**

- **технология сотрудничества и коллективной творческой деятельности– взаимодействие** в коллективе, ответственность за общее дело;
- **здоровье сберегающая технология** – создание благоприятного морально-психологического климата на занятии.

**В программе используются следующие методы обучения:**

- объяснительно-иллюстративный**–(рассказ, беседа, объяснение, наблюдение, демонстрация иллюстраций, слайдов, репродукций, изделий.)
- репродуктивный**– (выполнение действий на занятиях на уровне подражания, тренировочные упражнения по образцам, выполнение практических заданий.)
- изучение развития ребенка** – (наблюдение за особенностями развития личности ребенка, во время занятий и различных видах деятельности, беседы, анализ творческой деятельности учащегося, работа психолога и т.д.)
- проблемно-поисковый** – выполнение творческих заданий; обобщение, систематизация полученных знаний и умений; анализ выполненного изделия.

**Техническое оснащение занятий:**

Оборудование и приспособления:

- хореографический кабинет;
- станок;
- зеркала;
- музыкальный инструмент (баян);
- репетиционная одежда и обувь;
- сценические костюмы

**Диагностический материал:**

**Мониторинг личностного развития**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
<b>Организационно-волевые качества</b> 1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течении определенного времени, преодолевать трудности	- терпения хватает меньше чем на ½ занятия	1	наблюдение
		- терпения хватает больше чем на ½ занятия	5	
		- терпения хватает на все занятия	10	
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	- волевые усилия ребенка побуждаются извне	1	наблюдение
		- иногда – самим ребенком	5	
		- всегда – самим ребенком	10	
3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	- ребенок постоянно находится под контролем извне	1	наблюдение
		- периодически контролирует себя сам	5	
		- постоянно контролирует себя сам	10	

**Индивидуальная карта учета результатов**

**обучения** Возраст \_\_\_\_\_

Вид (в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества) \_\_\_\_\_

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

ребенка \_\_\_\_\_

и название детского \_\_\_\_\_

объединения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

педагога \_\_\_\_\_

Дата начала \_\_\_\_\_

наблюдения \_\_\_\_\_

Сроки диагностики	Первый год обучения	
	Начало уч. года	Конец уч. года
Показатели		
<b>I. Организационно – волевые качества</b> 1. Терпение 2. Воля 3. Самоконтроль		
<b>II. Ориентационные качества</b> 2. 1. Самооценка 2. 2. Интерес к занятиям в детском объединении		
<b>III. Поведенческие качества</b> 3. 1. Конфликтность 3. 2. Тип сотрудничества		
<b>IV. Личностные достижения обучающегося</b>		

#### Список литературы

Литература для педагога:

1. Будилова Е.Я. Учение Сеченова об ощущениях и мышлении. - М., 1954.
2. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1968.
3. Гальперин С.И. Анатомия и физиология человека. Возрастные особенности с основами школьной гигиены. - М., 1974.
4. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. Книга для учителя и родителей. - М.: Просвещение, 1980.
5. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М., 1986.
6. Интекам К. Педагогическая диагностика. - М.: Педагогика, 1981.
7. Калмыкова З.И. Психологические принципы развивающего обучения. - М., 1979.
8. Соколовский Ю. Е. Основы педагогики балльной хореографии. Учебное пособие. - М., 1976 г.
9. Шацкая В. Музыкально-эстетическое воспитание детей и юношества. - М., 1975.
10. Якиманская И.С. Развивающее обучение. - М., 1979.

*Литература для обучающихся:*

*Ритмика:*

1. Далькроз Ж. Ритм. - М., 1992.
2. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. - М., 1959.
3. Комиссарова Л.Н. Костина Э.П. Наглядные средства в музыкальном воспитании дошкольников. - М.: Просвещение, 1986.
4. Основы сценического движения. /Под. ред. И.Э. Коха. - М.: Просвещение, 1976.
5. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. Метод, пособие. - М., 1972.
6. Сборник игр к "Программе воспитания в детском саду". - М.: Просвещение, 1974.
7. Чистякова М.И. Психогимнастика. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. - М.: Просвещение, 1991.
8. Юрьев и Владимиров. Светская жизнь и этикет. - СПб., 1896.

*История и теория танцев:*

1. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. М.: Искусство, 1963.
2. Захаров Р.В. Беседы о танце. М.: Профиздат, 1963.
3. Школьников Л.С. Формы и методы популяризации балльных танцев. - М.: Сов. Россия, 1961.

**Календарный учебный график (2024-2025 учебный год)  
4 год обучения ДО по программе: «Ритмика – Темп»**

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	03.09.24	13.00	аудиторная	1 час.	<b><u>Вводное занятие. Техника безопасности. Перспективы занятий.</u></b>	Лош	Беседа
2		05.09.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеукрепляющие упражнения. ОУУ)	Лош	Показ, наблюдение
3		10.09.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеукрепляющие упражнения.	Лош	Показ, наблюдение
4		12.09.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеукрепляющие упражнения.	Лош	Показ, наблюдение
5		17.09.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеукрепляющие упражнения.	Лош	Показ, наблюдение
6		19.09.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеукрепляющие упражнения.	Лош	Показ, наблюдение
7		24.09.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеукрепляющие упражнения.	Лош	Показ, наблюдение
8	8 час	26.09.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Развитие навыков точной ориентации в пространстве	Лош	Показ, наблюдение
9	Октябрь	01.10.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Развитие навыков точной ориентации в пространстве	Лош	Показ, наблюдение
10		03.10.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Развитие навыков точной ориентации в пространстве	Лош	Показ, наблюдение
11		08.10.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Развитие навыков точной ориентации в пространстве	Лош	Показ, наблюдение
12		10.10.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Развитие навыков точной ориентации в пространстве	Лош	Показ, наблюдение
13		15.10.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Развитие навыков точной ориентации в пространстве	Лош	Показ, наблюдение
14		17.10.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти и реакции.	Лош	Показ, наблюдение
15		22.10.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ).	Лош.	Показ, наблюдение



						Развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти и реакции.		
16		24.10.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти и реакции.	Лош	Показ, наблюдение
17		29.10.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие зрительной, слуховой, двигательной памяти и реакции.	Лош	Показ, наблюдение
18	10 час	31.10.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош	Показ, наблюдение
19	Ноябрь	05.11.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош	Показ, наблюдение
20		07.11.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош.	Показ, наблюдение
21		12.11.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош	Показ, наблюдение
22		14.11.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош	Показ, наблюдение
23		19.11.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош	Показ, наблюдение
24		21.11.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош	Показ, наблюдение
25		26.11.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Развитие музыкального слуха, ритма.	Лош	Показ, наблюдение
27	8 час	28.11.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Упражнения, развивающие творческое воображение, пластическую выразительность.	Лош	Показ, наблюдение
28	Декабрь	03.12.24	13.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Упражнения, развивающие	Лош.	Показ, наблюдение

						творческое воображение, пластическую выразительность.		
29		05.12.24	11.00	аудиторная	1 час	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) Упражнения, развивающие творческое воображение, пластическую выразительность.	Лош	Показ, наблюдение
30		10.12.24	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
31		12.12.24	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
32		17.12.24	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
33		19.12.24	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты. Зачётное занятие.	Лош	Зачет
34		24.12.24	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
35	9 час	26.12.24	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
36	Январь	09.01.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
37		14.01.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
38		16.01.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош	Показ, наблюдение
39		21.01.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты	Лош	Показ, наблюдение
40		23.01.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты.	Лош.	Показ, наблюдение
41		28.01.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально – танцевальная азбука. Элементы музыкальной	Лош	Показ, наблюдение

						грамоты.		
42	7 час	30.01.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале. 13	Лош	Показ, наблюдение
43	Февраль	04.02.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош.	Показ, наблюдение
44		06.02.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
45		11.02.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
46		13.02.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
47		18.02.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
48		20.02.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
49		25.02.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
50	7 час	27.02.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
51	Март	04.03.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош.	Показ, наблюдение
52		06.03.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
53		11.03.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы основанные на народном материале.	Лош	Показ, наблюдение
54		13.03.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных ритмах.	Лош	Показ, наблюдение
55		18.03.25	13.00	аудиторная	1 час	. Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных	Лош	Показ, наблюдение

						ритмах.		
56		20.03.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных ритмах.	Лош.	Показ, наблюдение
57		25.03.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных ритмах. Бальные танцы.	Лош.	Показ, наблюдение
58	8 час	27.03.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных ритмах. Бальные танцы.	Лош.	Показ, наблюдение
59	Апрель	01.04.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных ритмах. Бальные танцы.	Лош	Показ, наблюдение
60		03.04.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных ритмах. Бальные танцы.	Лош	Показ, наблюдение
61		08.04.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцы в современных ритмах. Бальные танцы.	Лош	Показ, наблюдение
62		10.04.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Бальные танцы.	Лош	Показ, наблюдение
63		15.04.25	13.00	аудиторная	1 час.	Музыкально - танцевальная азбука. Бальные танцы.	Лош.	Показ, наблюдение
64		17.04.25	11.00	аудиторная	1 час.	Музыкально - танцевальная азбука. Бальные танцы.	Лош	Показ, наблюдение
65		22.04.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Бальные танцы.	Лош	Показ, наблюдение
66		24.04.25	11.00	аудиторная	1 час.	Музыкально - танцевальная азбука. Бальные танцы.	Лош	Показ, наблюдение
67	9 час	29.04.25	13.00	аудиторная	1 час.	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры.	Лош	Показ, наблюдение
68	Май	06.05.25	11.00	аудиторная	1 час.	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры.	Лош	Показ, наблюдение
69		08.05.25	13.00	аудиторная	1 час.	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры.	Лош	Показ наблюдение
70		13.05.25	11.00	аудиторная	1 час.	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры	Лош	Показ. Наблюдение
71		15.05.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры	Лош	Показ. Наблюдение

72		20.05.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры	Лош	Показ. Наблюдение
73		22.05.25	13.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры	Лош	Показ. Наблюдение
74		27.05.25	11.00	аудиторная	1 час	Музыкально - танцевальная азбука. Танцевальные игры	Лош	Показ. Наблюдение
75	8 час	29.05.25	13.00	аудиторная	1 час	Зачетное занятие	ЛСШ	Показ. Наблюдение