

Управление образования администрации  
муниципального образования Кандалакшский район  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр «Ровесник»  
имени Светланы Алексеевны Крыловой»  
муниципального образования Кандалакшский район

**ПРИНЯТА**  
педагогическим советом  
от 30 мая 2023 г.  
Протокол № 6

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом директора  
от 31 мая 2023 г.  
Директор **Машкова О.В.**



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Ритмика»**  
Возраст обучающихся: 5-7 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Уровень сложности: стартовый

Автор-составитель:  
Машкова О.В.,  
педагог дополнительного  
образования

г. Кандалакша, 2023

## Пояснительная записка

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
художественной направленности «Ритмика»

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Устава МАУДО ДЮЦ «Ровесник» им. С.А. Крыловой.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» имеет **художественную направленность**, создана на основе программы дополнительного образования «Танец» (ритмика)» А.Х. Краснобаева, педагог дополнительного образования МОДТДиЮ, Мурманск, 1995г.

**Вид программы:** общеразвивающая дополнительная общеобразовательная программа.

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

Данная программа – это фундаментальная основа основных азов и «начал» танцевального мира.

**Актуальность программы.** Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем учат не только понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

**Педагогическая целесообразность программы.** Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

**Новизна данной программы** заключается в акцентировании внимания педагога-хореографа не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, прежде всего, сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы.

**Отличительной особенностью данной программы** является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию. В программе «Ритмика» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и гимнастики. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

**Уровень программы:** стартовый.

**Возраст обучающихся.** Программа рассчитана на детей в возрасте 5-7 лет.

**Объем и срок освоения программы.** Программа рассчитана на 2 года обучения, всего – 144 часов: 1-ый год обучения – 72 часа, 2-ой год обучения – 72 часа.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность занятий – 30 минут. Режим занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к обеспечению безопасных условий образовательной деятельности (СП 2.4. 3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).

**Количество обучающихся:** 1 год обучения - 18 человек, 2 год обучения – 15-18 человек.

**Условия приема.** На 1 год обучения зачисляются дети в возрасте 5 лет. Набор свободный, осуществляется в соответствии с «Положением приема, перевода, отчисления обучающихся и комплектования объединений в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Ровесник» имени Светланы Алексеевны Крыловой муниципального образования Кандалакшский район (утверждён приказом директора МАУДО «ДЮОЦ «Ровесник» от 06.05.2020г. № 39/3). Возможен дополнительный набор обучающихся на второй год по согласованию с педагогом. Учащиеся зачисляются в учебные группы при наличии заявления родителей (законных представителей), на основании медицинской справки о допуске к занятиям.

**Форма обучения:** очная.

**Форма организации занятий:** всем составом.

**Цель программы** - формирование и развитие творческих способностей обучающихся средствами танцевального искусства.

**Задачи программы:**

*обучающие:*

- формировать основу танцевальной культуры;
- формировать музыкально-ритмические навыки, умения выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений, навыки правильной осанки;
- формировать навыки технически грамотного исполнения программных элементов и движений;
- формировать расширенное представление о танцевальном искусстве.

*развивающие:*

- развивать ритмичность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность;
- развивать общую физическую подготовку, укреплять здоровье;
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость и координацию);
- развивать мышление, воображение, раскрепощение и проявление творчества в движениях, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

*воспитательные:*

- воспитывать трудолюбие, терпение, навыки общения в коллективе;
- способствовать формированию и развитию нравственно-коммуникативных качеств личности.

**Прогнозируемые результаты:**

**Предметные результаты:**

Обучающиеся по окончании 1 года обучения должны

**знать:**

- инструктажи по ТБ и ПБ, «правила поведения в хореографическом классе»;
- основные требования, предъявляемые к занятиям ритмикой;
- термины программных шагов, бега, упражнений и движений «танцевальной азбуки»;
- методические правила исполнения программных движений и упражнений;
- основные программные рисунки и перемещения;

**уметь:**

- выполнять музыкально-подвижные игры;
- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- выражать в движении характер музыки и её настроение;
- различать жанр музыкального произведения;
- передавать в пластике музыкальный образ, используя общеразвивающие, имитационные движения;
- самостоятельно выполнять программные перестроения;
- импровизировать, самостоятельно создавая пластический образ.

Обучающиеся по окончании 2 года обучения должны

**знать:**

- правила поведения на занятиях;
- основные требования, предъявляемые к занятиям ритмикой;

- термины программных упражнений и движений «танцевальной азбуки»;
- методические правила исполнения программных движений упражнений;
- правила выполнения игры «Здравствуй, это Я»;
- правила выполнения общеразвивающих упражнений;
- правила выполнения музыкально-подвижных игр;
- правила выполнения хореографических упражнений;

**уметь:**

- выполнять программные игры;
- исполнять упражнения и движения;
- самостоятельно выполнять более сложные перестроения в соответствии с программой;
- импровизировать, самостоятельно создавать пластический образ при помощи ранее разученных движений;
- реализовать культурные навыки в процессе творческого общения со сверстниками и взрослыми, проявлять творческую инициативу.
- выполнять программные общеразвивающие упражнения;

**Личностные результаты:**

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- готовность и способность к саморазвитию, личностное самоопределение, устойчивая мотивация и познавательный интерес к хореографической деятельности.

**Учебный план  
первого года обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Танец в игре</b>				
1.1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Игра

1.2	Постановка корпуса, головы, рук	8	2	6	Контрольные упражнения
1.3	Азбука музыкального движения	40	6	34	Контрольные упражнения
1.4	Танцевальный рисунок. Перестроения	14	4	10	Контрольные упражнения
1.5	Parterre(гимнастика на полу)	8	2	6	Контрольные упражнения
1.6	Заключительное занятие	1	0,5	0,5	Контрольные упражнения
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>15</b>	<b>57</b>	

## Содержание учебного плана первого года обучения

### Раздел 1. Танец в игре

#### **Тема 1.1. Вводное занятие**

Теория (0,5 часа). Введение в программу. Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца. Инструктаж по технике безопасности.

Практика (0,5 часа). Музыкальная игра «Баба-Яга», «К нам приехал ПАРОВОЗ!» (входящая диагностика).

#### **Тема 1.2. Постановка корпуса, головы, рук**

Теория (2 часа). Правила постановки корпуса, головы и рук (на поясе)

Практика (6 часов). Упражнения «Столик». Музыкально-ритмическая миниатюра «Бедная кукла», упражнения «Мы не уточки!». Упражнение «Жираф». Игра «Закрываем ручки»

#### **Тема 1.3. Азбука музыкального движения**

Теория (6 часов). Танцевальные движения в упражнениях и играх. Объяснение правил игры.

Практика (34 часа). Изучение ходьбы: упражнения «Марш», «Основной танцевальный шаг с носка», «Ходьба на полупальцах», «Ходьба на пятках». Изучение бега: упражнения «Дождик», «Хвостики», «Лошадка», «Подскоки». Танцевальные миниатюры: «Ах, головка-голова!», «Плечи, плечи, где вы были?», «Баба-Яга», «Мишка косолапый», «Маленький зайка», «Светофор», «Лисонька-листочка», «Серый волк – зубами щелк!», «Цапля».

#### **Тема 1.4. Танцевальный рисунок. Перестроения**

Теория (4 час). Беседа о взаимосвязи спорта и танцев. Объяснение понятий «ритм», «чувство ритма», «ритмическое движение».

Практика (10 часов). Изучение рисунков: круг, линия, колонна, змейка.

Перестроения: из колонны на круг и обратно, из линии в колонну, из одной линии в две (три).

### **Тема 1.5. Par terre (гимнастика на полу)**

Теория (2 часа). Беседа о творчестве в танце. Объяснение понятий «танцевальный этюд», «импровизация».

Практика (6 часов). Изучение упражнений: «длинная нога», «Натянутая стопа», «Высокий корпус», «Русалочка и ее волшебный хвостик», «Лягушка» (сидит и лежит), «Буттербродик», «Лодочка», «Кораблик», «Коробочка», «Мостик» (с пола), «Реактивный самолет», «Пинаем мяч!».

### **Тема 1.6. Итоговое занятие**

Практика (1 час). Открытое занятие.

## **Учебный план второго года обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Основы танца</b>				
1.1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Игра
1.2	Азбука музыкального движения	36	10	26	Контрольные упражнения
1.3	Игровая пластика	14	4	10	Контрольные упражнения
1.4	Танцевальный рисунок. Перестроения	8	1	7	Контрольные упражнения
1.5	Par terre (гимнастика на полу)	12	2	10	Контрольные упражнения
1.6	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	Контрольные задания
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>18</b>	<b>54</b>	

## **Содержание учебного плана второго года обучения**

### **Раздел 1. Основы танца**

#### **Тема 1.1. Вводное занятие**

Теория (1 час). Гигиенические требования, правила безопасности.

Практика (1 час). Игра-приветствие. Повторение основных понятий и движений, изученных на первом году обучения.

#### **Тема 1.2. Азбука музыкального движения**

Теория (10 часов). Изучение круговой разминки (ходьба). Изучение круговой разминки (бег)



Практика (26 часов). Круговая разминка, упражнения: «Основной танцевальный шаг через два шага» с переходом на «Марш», «Ходьба на полупальцах», «Ходьба на пятках», «Полупальцы-пятки поочередно», «Высокий шаг на полупальцах», «Строгая цапля», «замедленный шаг». Круговая разминка (бег), упражнения: «хвостики» - «лошадка», «Подскоки», «Ножницы», «Козлики». Комбинация «4 подскока, 4 хвостика», комбинация «Хвостик, хвостик, перескок!».

Танцевальные миниатюры: «Прыг да скок - развиваю я носок!», «Лучше всех танцую Я!», «Считалочка», «Посмотри ко мне в окошко».

### **Тема 1.3. Игровая пластика**

Теория (4 часа).

Практика (10 часов). Игра на внимание (например: «Правая, левая - и все у нас ОК!»). Игра с музыкой на воображение, фантазию и импровизацию (поочередная смена музыкальных стилей). «Интересная история о трудном дне» (обучающиеся должны средствами игровой пластики, движений под музыку отобразить свое настроение «сегодняшнего дня»).

### **Тема 1.4. Танцевальный рисунок. Перестроения**

Теория (1 час). Знакомство с основами актерского мастерства во время занятия ритмикой - музыкальные игры с выражением человеческих эмоций (улыбка, скорбь; удивление, боль, угроза, рыдание, радость, размышление и т.д.).

Практика (7 часов). Изучение рисунков: два круга, диагональ, 4 колонки.

Перестроения: из трех линий (двух) выход на круг, из круга в четыре колонны, из круга на диагональ.

### **Тема 1.5. Par terre (гимнастика на полу)**

Теория (2 часа). Объяснение понятия «эстрада». Беседа об особенностях эстрадного танца. Правила выполнения эстрадных танцевальных движений.

Практика (10 часов) Отработка и наработка техники исполнения упражнений: «Длинная нога», «Натянутая стопа», «Высокий корпус», «Русалочка и ее волшебный хвостик», «Лягушка» (сидит и лежит), «Буттербродик», «Лодочка», «Кораблик», «Коробочка», «Мостик» (с пола), «Реактивный самолет», «Пинаем мяч!».

Изучение упражнений: «Наклоны», «Топ-хлоп!», «Солнышко», «Лягушка устала», «Батманы высокие».

### **Тема 1.6. Итоговое занятие**

Практика (1 час). Открытое занятие. Подведение итогов.

## **Комплекс организационно-педагогических условий**

**Материально-техническое оснащение программы.** Для реализации программы необходимы:

- хореографический класс,
- фортепиано;
- гимнастический коврик;
- гимнастический обруч;
- MP3 плеер, CD-диски, MP3-диски;
- компьютерное оборудование для просмотра видеоматериалов, видео-иллюстрации.

**Формы подведения итогов реализации программы.** В течение года проводятся контрольные занятия. Промежуточная и итоговая аттестации проходят в виде открытого занятия для родителей.

**Формы диагностики результатов обучения по программе:**

- педагогическое наблюдение за учащимися в процессе занятий;
- опрос;
- обсуждение;
- упражнения, контрольные задания;
- выступления перед родителями и на открытых занятиях.

**Мониторинг образовательного процесса.** Особое место в программе уделено мониторингу образовательного процесса, который необходим для формирования целостного представления о состоянии реализации программы.

Уровень достижений обучающихся в процессе освоения программы отслеживается в постепенно усложняющихся ситуациях. Это позволяет производить оценку результативности по нескольким направлениям одновременно:

- уровню овладения конкретными умениями и навыками;
- способности взаимодействовать с партнером;
- умению чувствовать ответственность за результаты совместной деятельности;
- способности критически оценивать результаты своей деятельности;
- способности радоваться собственным достижениям и успехам своих партнеров.

Для определения уровня освоения программы, личностного роста обучающихся и уровня их эстетического развития применяется диагностический инструментарий, состоящий из двух диагностик. Контроль осуществляется по четырем этапам:

1. **Входная диагностика** проводится в сентябре. Его цель – определить, какие способности, знания, умения и навыки есть у ребенка, насколько развита культура труда, опыт сотрудничества.

2. **Промежуточный контроль в течение года** проводится в конце декабря или январе. Его цель – определить степень освоения образовательной программы, скорректировать степень ее сложности с учетом индивидуальных особенностей детей. Оценивается динамика умения овладения танцевальным искусством, умение общаться с другими воспитанниками, личностный рост каждого обучающегося, проявление самостоятельности, мотивационный уровень, артистичность и музыкальность.

3. **Итоговый контроль** проводится в мае в форме проведения отчетного концерта: определяется уровень освоения программы.

Разработанные формы контроля позволяют делать выводы и о результатах творческого развития, труднее всего поддающихся количественной оценке. Вместе с тем, оценивая результаты, педагог имеет возможность проанализировать и скорректировать при необходимости используемые методики и само построение учебного процесса.

Но следует помнить, что результативность образовательного процесса также зависит от способностей обучающихся и их успехов, от возраста, в котором ребенок приступил к началу занятий, от мастерства педагога, а иногда и от заинтересованности родителей и их вклада в учебно-воспитательный и художественно-творческий процесс.

**Мониторинг качества образовательного процесса.** Для определения уровня освоения программы, личностного роста обучающихся и уровня их эстетического развития применяется диагностический инструментарий. Контроль осуществляется по трем этапам:

Входная диагностика	Сентябрь	Практические упражнения, направленные на диагностику уровня знаний и умений на стартовом этапе обучения.
Промежуточный контроль	После изучения каждого раздела  По итогам первого	Контрольные занятия, направленные на определение степени освоения образовательной программы. Итоги контроля позволяют скорректировать степень сложности содержания программы с учетом индивидуальных особенностей детей, оценить динамику танцевальных навыков, личностный рост каждого обучающегося, проявление самостоятельности, мотивационный уровень.

	года обучения	Участие с танцевальной постановкой в отчетном концерте. Определяется уровень освоения программы первого года обучения, результативность образовательного процесса. Оцениваются умения и навыки, полученные в процессе обучения.
Итоговый контроль	Май (второй год обучения)	Участие с танцевальной постановкой в отчетном концерте. Определяется уровень освоения программы, результативность образовательного процесса. Оцениваются умения и навыки, полученные в процессе обучения.

### Оценочный лист промежуточной аттестации

Показатель	Характеристика	Уровень: Н-низкий С-средний В-высокий
Теоретические аспекты	Основные требования предъявляемые к занятиям ритмикой	
	Методические правила исполнения программных движений и упражнений	
	Основные программные рисунки и перемещения	
Музыкальность	Способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.	
Эмоциональность	Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.).	

Гибкость, пластичность	Мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат», «лодочка», «мостик» и т.д.).	
Координация, ловкость движений	Точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.	
Творческие способности	Умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».	
Внимание	Способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).	
Память	Способность запоминать музыку и движения.	

### Методическое обеспечение программы

**Организация процесса обучения.** Учебные темы программы включают в себя теоретические и практические занятия. Основные **формы и методы**, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод сенсорного восприятия – просмотры видео, прослушивание аудиозаписей;
- словесный метод – рассказ нового материала, анализ, инструктаж, беседа о выпускниках и т. д.;
- наглядный метод – видео-иллюстрация, личный показ педагогом, видео-просмотр выступлений профессиональных коллективов;
- практический метод – упражнение, игра, творческая импровизация, ритмопластика, танцевальные комбинации, репетиции.
- метод стимулирования деятельности и поведения – соревнование, поощрение, конкурс внутри группы, создание ситуации успеха.

Основными в освоении программы являются методы «от простого к сложному», от «медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с

партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущениям».

Воспитательная работа интегрирована в процесс обучения, в организацию жизни коллектива. Её основной смысл заключается в том, чтобы развить и укрепить нравственные представления, эстетические идеалы, этические нормы жизни и поведения.

### Оценочный лист итоговой аттестации

№	Ф И обучающегося	Теория				Практика						Развитие		Уровень освоения программы Н-низкий С-средний В-высокий	
		Основные требования предъявляемые к занятиям ритмикой	Методические правила исполнения программных движений и упражнений	Основные программные рисунки и перемещения	Термины шагов, бега, упражнений и движений «Музыкальной азбуки»	Правильное выполнение преподаваемого материала	Выражение в движении характер музыки и ее настроение	Различие жанра музыкального произведения	Передача в пластике музыкального образа	Программное перестроение	Импровизация	Культурные навыки	Познавательный интерес		Творческие способности
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															

**Шкала перевода балльной системы в уровни:**

- 3 балла – высокий уровень,
- 2 балла – средний уровень,
- 1 балл – низкий уровень.

### **Список литературы для педагога:**

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все! Клубные, бальные, восточные танцы. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007.
2. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Ч.1 и Ч. 2. – Челябинск. 2012.
3. Жуков Г.Н. Основы общей и профессиональной педагогики: учеб. пособие / Г.Н. Жуков и др.; под общей ред. проф. Г.П. Скамницкой. – Москва: Гардарики, 2009.
4. Калинина О. Н. Если хочешь воспитать успешную личность – научи ее танцевать. Практическое пособие по хореографии для детей раннего и дошкольного возраста. Часть I и II, – Харьков, 2013.
5. Кленова Н. Как оценивать результаты обучения школьников по дополнительным образовательным программам // Народное образование, 2005, №8.
6. Нечаев М.П. Диагностика воспитания школьников. Учебно-методическое пособие. – Москва: ЦГЛ, 2006.
7. Пуртова Т. В., Беликова, А. Н., Кветная, О. В. Учите детей танцевать – Москва: центр Владос, 2003.
8. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Лань, 2011.
9. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: Планета музыки; Лань, 2011.

### **Список литературы для обучающихся и родителей:**

1. Воронина Н.В., Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия развития, 2000.
2. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. – СПб, 2000.
3. Федорова Г.П. Поиграем, потанцуем. – СПб.: Детство-Пресс, 2002.



Приложение 1

Календарный учебный график  
на \_\_\_\_\_ учебный год

Детского объединения «Ритмика», год обучения – 1, количество часов – 72 (1 раз в неделю по 2 часа)

Педагог д/о:

Расписание: \*\*\*\*\*

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	1	Вводное занятие	Танц. зал	Игра
2.				Теория, практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	
3.				Теория, практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	Контрольные упражнения
4.				Практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	Контрольные упражнения
5.				Практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	Контрольные упражнения
6.				Практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	Контрольные упражнения
7.				Практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	Контрольные упражнения
8.				Практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	Контрольные упражнения
9.				Практика	1	Постановка корпуса, головы, рук	Танц. зал	Контрольные упражнения
10.				Теория	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
11.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
12.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
13.				Теория	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
14.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
15.				Теория	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения





54.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
55.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
56.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
57.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
58.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
59.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
60.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
61.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
62.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
63.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
64.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
65.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
66.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
67.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
68.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
69.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
70.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
71.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
72.				Практика	1	Заключительное занятие	Танц. зал	

**Календарный учебный график**  
на \_\_\_\_\_ учебный год

Детского объединения «Ритмика», год обучения – 2, количество часов – 72 (1 раз в неделю по 2 часа)

Педагог д/о:

Расписание: \*\*\*\*\*

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	1	Вводное занятие	Танц. зал	Игра
2.				Теория, практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	
3.				Теория, практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
4.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
5.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
6.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
7.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
8.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
9.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
10.				Теория	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
11.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
12.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
13.				Теория	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
14.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
15.				Теория	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения



35.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
36.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
37.				Практика	1	Азбука музыкального движения	Танц. зал	Контрольные упражнения
38.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
39.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
40.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
41.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
42.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
43.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
44.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
45.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
46.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
47.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
48.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
49.				Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
50.				Теория Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
51.				Теория Практика	1	Игровая пластика	Танц. зал	Контрольные упражнения
52.				Теория Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
53.				Теория Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения

54.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
55.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
56.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
57.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
58.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
59.				Практика	1	Танцевальный рисунок. Перестроения	Танц. зал	Контрольные упражнения
60.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
61.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
62.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
63.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
64.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
65.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
66.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
67.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
68.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
69.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
70.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
71.				Практика	1	Parterre(гимнастика на полу)	Танц. зал	Контрольные упражнения
72.				Практика	1	Итоговое занятие	Танц. зал	



**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА**

Детское объединение: «Ритмика»

Бюджет/платный сертификат/внебюджет (подчеркнуть)

Дата проведения:

Форма проведения: открытое занятие

Аттестация: промежуточная/итоговая

Срок реализации программы: 2 года

№	Фамилия, имя	Теоретические знания		Практическая подготовка			Уровень развития и воспитанности	Уровень знаний (Высокий, Средний, Низкий)
		Круговая разминка	Партерная гимнастика	Марши Подскоки Галоп Шаги бега	Игры на воображение, фантазию, Внимание. Импровизация.	Отработка и наработка техники исполнения Упражнений в партере.	Культура организации самостоятельной деятельности, аккуратность и ответственность при работе, взаимодействие в коллективе	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11.								
12.								

Педагог дополнительного образования: \_\_\_\_\_

подпись

Минкова О. В.