

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ГАЛАКТИКА»  
(МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»)**

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»  
Протокол от 30.08. 2023 г. № 1-23

УТВЕРЖДЕНО  
приказом по МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»  
от 31.08.2023 г. № 163-О

**Дополнительная общеобразовательная программа**  
**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**«Ритмика»**

Направленность: художественной

Уровень сложности освоения: стартовый

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования  
Мицкевич А.Е..

Мытищи  
2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>	<b>- 4 с.</b>
<p>Направленность программы</p> <p>Авторская основы программы</p> <p>Программа составлена с учетом нормативных документов:</p> <p>Актуальность программы.</p> <p>Новизна программы</p> <p>Педагогическая целесообразность программы.</p> <p>Основные принципы обучения и воспитания:</p>	
<b>Цель программы</b>	<b>- 5 с.</b>
<p><b>Задачи:</b></p> <p>Адресат программы.</p> <p>Краткая характеристика учащихся по программе</p> <p>Срок реализации программы</p> <p>Объем учебных часов</p> <p>Форма обучения</p> <p>Язык обучения</p> <p>Место проведения занятий</p> <p>Особенности организации образовательного процесса.</p> <p>Режим занятий:</p> <p>Санитарно-гигиенические нормы, нормы пожарной безопасности.</p>	
<b>Планируемые результаты программы</b>	<b>- 6 с.</b>
<p><b>а) образовательные результаты</b></p> <p><b>б) воспитательные результаты</b></p> <p><b>в) развивающие результаты</b></p>	
<b>Аттестация учащихся</b>	<b>- 6 с.</b>
<p>Текущий контроль</p> <p>Итоговая аттестация</p> <p>Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации</p> <p>Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов</p> <p>Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов</p>	

<b>УЧЕБНЫЙ ПЛАН</b>	<b>- 8 с.</b>
<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>	<b>- 9 с.</b>
<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>	<b>- 10 с.</b>
Материально-техническое обеспечение	
Кадровое обеспечение	
<b>МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	<b>- 10 с.</b>
Методы обучения	
Методы воспитания	
Формы организации образовательного процесса	
Формы организации учебного занятия	
Педагогические и образовательные технологии	
Алгоритм учебного занятия	
Дидактические материалы	
Информационное обеспечение	
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА</b>	<b>- 13 с.</b>
Нормативные документы	
Психолого-педагогическая литература	
Литература по профилю	
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ</b>	<b>- 14 с.</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	<b>- 16 с.</b>
Содержание теоретической части итоговой аттестации <i>(Приложение № 1)</i>	
Календарно-тематический план-график <i>(Приложение № 2)</i>	
Календарный учебный график <i>(Приложение № 3)</i>	
Воспитательная программа <i>(Приложение № 4)</i>	

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» реализует художественную направленность.

**Программа составлена** на основе программы и методики Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной «Са-Фи-Дансе» (танцевально-игровая гимнастика для детей).

**Программа составлена с учетом нормативных документов:**

- Приказа Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Зарегистрировано в Минюсте России 26 сентября 2022 г. N 70226).

- "Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ" (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242);

- Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 4822 6);

- Санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Санитарные правила 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).

**Актуальность программы.** Дошкольный возраст является важным периодом в развитии личности ребенка. Сложный путь психического развития детей в этот период находится в тесной зависимости от его активной и разнообразной деятельности. В дошкольном возрасте важна роль движения. Движение стимулирует процессы роста, развития и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса организма. Движение в ритме и темпе заданной музыки способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях укрепляет организм ребенка.

**Новизна программы** состоит в том, что она предоставляет больше возможностей для развития координации движений и формирования восприятия музыкальных произведений за счет разнообразия музыкального репертуара, используемого на занятиях.

**Педагогическая целесообразность.** В процессе обучения по программе дети укрепляют здоровье, формируют правильную осанку, овладевают навыками ритмичного движения, развивают эмоциональную сферу, воспитывают личностные качества.

**Основные принципы обучения и воспитания:**

**1. Общедидактические принципы:**

- наглядность,
- системность и последовательность,
- сознательность и активность,
- связь теории с практикой,
- научность,
- доступность.

**2. Принципы воспитания:**

Принципы воспитания отражают основные требования к организации воспитательной деятельности в процессе обучения, указывают её направление, помогают творчески подойти к построению процесса воспитания.

Реализуются принципы воспитания:

- принцип гуманистической направленности воспитания
- принцип природосообразности,
- принцип культуросообразности,

- принцип эффективности социального взаимодействия,
- принцип ориентации воспитания на развитие социальной и культурной компетенции.

**Цель программы:** укрепление здоровья и развитие творческих способностей ребенка средствами занятий ритмикой.

**Задачи:**

**образовательные:**

- познакомить с элементарной танцевальной лексикой,
- познакомить с основными позициями ног, рук,
- сформировать выразительные двигательные навыки,
- научить исполнять движение в заданном ритме,
- научить понимать стиль и характер музыки
- научить ориентироваться в танцевальном пространстве,
- сформировать умение работать в коллективе

**развивающие:**

- формировать правильную осанку и постановку конкурса
- развивать память, внимание, образное мышление, фантазию и воображение,
- развивать музыкальный слух,
- развивать эмоциональность,

**воспитательные:**

- воспитывать дисциплину, волю, целеустремленность,
- воспитывать творческую активность,
- воспитывать коллективизм, товарищество,
- воспитывать эстетическую культуру.

**Адресат программы:** дети 5-6 лет.

**Краткая характеристика учащихся по программе**

Старший дошкольный возраст является периодом интенсивного формирования личности ребенка во всех сферах: повышение интеллекта, выработка нравственных черт, проявление характера, силы воли, умение управлять эмоциями, физической подготовленности. Именно в это время проявляются совершенно новые, индивидуальные качества, растут потребности детей в получении новых знаний, навыков и умений.

В этом возрасте закладываются основы будущей личности: формирование мотивов (зачем, почему); зарождение новых социальных потребностей (взрослые дела); интерес к моральным нормам. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира.

Занимаясь по программе «Ритмика», дошкольники получают элементарные ритмические и двигательные навыки. Учащиеся дошкольного возраста быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденное. Мышцы учащихся развиты слабо, они быстро устают от физических нагрузок. Ребенок не может долго удерживать корпус в подтянутом состоянии из-за слабости мышц спины. Педагог должен учитывать особенности развития ребенка и, во-первых, увеличивать физическую нагрузку очень осторожно, а, во-вторых, укреплять и развивать мышцы, формировать устойчивые навыки правильной осанки и совершенствовать основные танцевальные движения постепенно.

Воспитываются такие личностные качества, как доброта, ответственность, трудолюбие, умение работать в коллективе.

**Срок реализации программы:** 1 год

**Объем учебных часов:** 72 ч.

**Форма обучения:** очная форма.

**Язык обучения:** русский

**Место проведения занятий:** на базе МБУ ДО ДЮЦ "Галактика".

**Особенности организации образовательного процесса.**

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планом- графиком в группе обучающихся старшего дошкольного возраста, являющихся основным составом объединения.

Образовательный процесс имеет воспитывающий и развивающий характер, направлен на развитие личности ребенка, его природных задатков и интересов.

**Режим занятий:**

Занятия проводятся: два раза в неделю по одному академическому часу (30 мин.).

**Санитарно-гигиенические нормы, нормы пожарной безопасности.**

Занятия организуются и проводятся в соответствии Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Санитарные правила 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).

**Планируемые результаты программы:**

**предметные результаты:**

обучающиеся:

- познакомились с элементарной танцевальной лексикой,
- познакомились с основными позициями ног, рук,
- сформировали выразительные двигательные навыки,
- научились исполнять движение в заданном ритме,
- научились понимать стиль и характер музыки
- научились ориентироваться в танцевальном пространстве,
- научились согласовывать движения с музыкой,

**образовательные результаты:**

обучающиеся:

- сформировали правильную осанку и постановку конкурса
- развили память, внимание, образное мышление, фантазию и воображение,
- развили музыкальный слух,
- развили эмоциональность,

**личностные результаты:**

обучающиеся:

- воспитали дисциплину, волю, целеустремленность,
- воспитали творческую активность,
- воспитали коллективизм, товарищество,
- воспитали эстетическую культуру.
- сформировали навыки работать в коллективе

**Аттестация учащихся**

**Текущий контроль** проводится в течение всего учебного периода с целью систематического контроля уровня освоения учащимися тем, разделов, глав дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за оцениваемый период, динамики достижения предметных и межпредметных результатов.

**Итоговая аттестация** учащихся проводится по окончании реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Цель итоговой аттестации: выявление уровня развития способностей и личностных качеств учащегося и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на заключительном этапе её реализации.

При проведении итоговой аттестации используется система оценивания практической подготовки учащихся.

**Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации**

Итоговая аттестация практической подготовки учащихся проводится в форме: игры, концертного номера.

Результаты участия учащихся в мероприятиях муниципального, регионального и других уровней могут быть засчитаны как итоговая аттестация.

Итоговая аттестация теоретической подготовки учащихся проводится в форме беседы.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** аналитическая справка, видеозапись, журнал посещаемости, фото, отзыв родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** концерт, открытое занятие, праздник.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Раздел программы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
I	Введение в программу. ТБ	1	0,5	0,5
II	Игроритмика	4	1	3
III	Игрогимнастика	10	1	9
IV	Игротанцы	13	1	12
V	Танцевально-ритмическая гимнастика	12	1	11
VI	Игропластика	17	1	16
VII	Музыкально-подвижные игры	14	1	13
VIII	Концерты	1	-	1
<b>ВСЕГО</b>		<b>72</b>	<b>6,5</b>	<b>65,5</b>

## СОДЕРЖАНИЕ

### I. Введение в программу. Техника безопасности. ОБДД.

**Теория:** Введение в предмет. Информация о программе.

Вводный инструктаж по ТБ. Техника безопасности на занятиях в объединении.

ОБДД: Азбука дорожного движения/ Дорога на занятие. Схема безопасного движения к ДЮЦ. ПДД. Правила пешехода.

**Практика:** Игра «Давайте познакомимся». Игра «Азбука дорожного движения».

### II. Игроритмика

**Теория:**

Понятия: Счет. Темп. Сильно; слабо.

**Практика:**

Упражнения:

- ходьба на каждый счет и через счет.
- хлопки и удары ног на сильные и слабые доли такта.
- определение музыкального размера 4/4 и 3/4.
- бег в различном темпе

### III. Игрогимнастика

**Теория:**

Понятия: Направление. Право. Лево. Кругом. Шаг. Бег. Прыжок. Колонна.

**Практика:**

Строевые упражнения:

- перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге.
- перестроение из круга в две колонны по выбранным водящим.
- шаги в разных направлениях по залу.
- строевые приемы «направо», «налево», «кругом» при шаге на месте.

Общеразвивающие упражнения:

- основные положения и движения в упражнениях с лентой.
- прыжки на двух ногах с переменной ног.

### IV. Игротанцы

**Теория:**

Понятия: Поклон. Реверанс. Танцевальная позиция. Танцевальный шаг. Галоп. Полька. Переменный шаг. Дробь. Притоп. Основные движения русского танца: «тройной притоп», «гармошка», «ковырялочка».



**Практика:**

Хореографические упражнения:

- поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
- танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью.
- полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре
- выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре.
- прыжки с упором на опору.
- перевод рук из одной позиции в другую.
- русский поклон.
- открывание рук в сторону и на пояс.
- подъемы ног и махи ногами.
- прыжки стоя лицом к опоре, из первой позиции во вторую.

Танцевальные шаги:

- шаг галопа вперед и в сторону.
- шаг польки, пружинные движения ногами на полуприседах, шаг с подскоком.
- русский переменный шаг, шаг с притопом, русский шаг; припадание.
- комбинации из изученных танцевальных шагов.
- основные движения башкирского танца: «дробь с притопом», «простая дробь», основной шаг.
- основные движения русского танца: «тройной притоп», «гармошка», «ковырялочка».

Ритмические бальные танцы:

- «Конькобежцы»
- «Вальс цветов»
- «Макарена»
- «Полька тройками»
- «Веселый перепляс»
- Вальс «Пробуждение»
- «Круговая кадриль»
- «Московский рок-н-ролл»
- «Давай танцуй»
- «Танец с хлопками»
- «Русский хоровод»
- «Дружба»
- «Танец с подносами»

**V. Танцевально-ритмическая гимнастика****Теория:**

*Понятия:* ритм, характер и настроение музыки и движения, выразительность.

**Практика:**

Специальные композиции и комплексы упражнений:

- «Зарядка»
- «Танцуй со мной»
- «Воробьиная дискотека»
- «Сосулька»
- «Веселая коляда»
- «Король городка»
- «Приходи сказка»
- «В лесу расцвел подснежник»
- «Наездники»
- «Черный кот»

**VI. Игротанец****Теория:**

Понятия: Сила. Гибкость. Пластика. Выразительность.

**Практика:**

Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

**VII. Музыкально-подвижные игры**

**Теория:**

Понятия: образ, роль.

**Практика:**

Игры:

- «Тихо-громко»,
- «Юрта»,
- «Музыкальные змейки»,
- Музыкально-подвижные игры на определение темпа музыки,
- «Дирижер; оркестр»,
- «У оленя дом большой»

**VIII. Концерты**

**Практика:**

Выступления, участие в праздниках, концертах в учреждении.

**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Материально-техническое обеспечение:**

ОУ предоставляет помещение и оборудование для занятий.

Занятия проводятся в танцевальном зале.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:

- оборудование класса: зеркала, пол, коврики, раздевалки (не менее двух),
- техническое оснащение: музыкальный центр, компьютер CD; диски или флэшка,
- форма одежды: балетки, черный купальник, черные лосины.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования имеет среднее профессиональное педагогическое или высшее профессиональное педагогическое образование. Знание предмета.

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:**

**Методы обучения:**

При проведении занятий используются словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, игровой, репродуктивный, методы обучения.

**Методы воспитания:** убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация и др.

**Формы организации образовательного процесса:**

Образовательный процесс осуществляется через учебное занятие.

Учебные занятия с обучающимися проводятся в группе с учетом принципов личностно-ориентированного и дифференцированного обучения

Учебное занятие строится с учетом следующих требований:

- создание и поддержание высокого уровня познавательного интереса и активности детей;
- целесообразное расходование времени занятия;
- применение разнообразных форм, методов и средств обучения;
- высокий уровень межличностных отношений между педагогом и детьми;
- практическая значимость полученных знаний и умений.

**Формы организации учебного занятия:** практическое занятие, открытое занятие, игра, праздник, представление, концерт, беседа.

**Педагогические и образовательные технологии:**

**1. Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения** (авт. И.С. Якиманская) позволяет выбрать формы, средства и методы, способствующие максимальному развитию индивидуальных познавательных способностей детей.

Технология позволяет создать условия для адаптации ребенка в коллективе и обучения с учетом личностных возможностей в ситуации успеха.

**2. Игровые технологии** (авт. П.И. Пидкасистый, Д.Б. Эльконин) позволяют активизировать творческую и познавательную деятельность обучающихся, расширить их кругозор, воспитать самостоятельность и коммуникативность.

Игровая технология является ведущей при обучении по данной программе.

Дидактические и творческие игры используются для организации учебного процесса и коллективных творческих дел: мероприятий, выставок, конкурсов, праздников.

**3. Технология коллективной творческой деятельности** (авт. И.П. Волков; И.П. Иванов) позволяет научить детей способам планирования, подготовки, осуществления и проведения коллективного творческого дела; сформировать навыки совместной творческой деятельности.

**4. ИКТ** (авт. Г.Р. Громов, Б. Хантер) позволяет применять на практике звуковые, текстовые, фото; и видео-редакторы, активно использовать интернет-ресурсы; сокращается время на демонстрацию наглядных пособий, оптимизируется процесс подведения итогов и контроля знаний обучающихся. Мультимедийные устройства, презентации, видеоматериалы используются для технического оформления мероприятий и подведения итогов. Применение ИКТ позволяет оптимизировать и систематизировать документооборот. Использование интернет; ресурсов дает доступ к современным оригинальным учебным материалам, усиливает индивидуализацию обучения и воспитания, развивает самостоятельность, а также обеспечивает новой информацией.

#### **Алгоритм учебного занятия**

##### **Основные этапы занятия:**

1. *Вводная часть* (организационная часть: приветствие; проверка присутствия обучающихся; инструктаж по ТБ; инструктаж по ТБ; объявление темы, задач и плана занятия).

2. *Основная часть* (основное содержание занятия зависит от типа занятия (комбинированное, усвоение новых знаний, закрепление изучаемого материала, повторение, систематизация и обобщение нового материала, проверка и оценка знаний и т.д.)

Основная часть занятия имеет практическую направленность. Чаще всего это игра, практическая работа, праздник.

3. *Заключительная часть* (подведение итогов учебного занятия (позитивная оценка деятельности учащихся); при необходимости рекомендации для самостоятельной подготовки дома.

При подготовке к занятиям необходимо учитывать *принципы*:

- *наглядности* - обязательны: демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;
- *доступности* - обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- *систематичности*; регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;
- *индивидуального подхода* - учет особенностей восприятия каждого ребенка;
- *увлеченности* - каждый ребенок должен в полной мере участвовать в работе;
- *сознательности* - ребенок должен понимать, что он делает, это способствует развитию интереса к занятиям и активности детей.

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (игры, ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание повторение танцев) и по методам работы. Эффективны такие методы, как беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание и разбор музыки, показ педагогом движений, постоянное повторение пройденного, музыкальные игры и импровизации.

Не следует долго отрабатывать одно и то же движение; повторяя его из урока в урок, ребенок постепенно научится выполнять это движение правильно и красиво.

Танец способствует развитию координации, моторной памяти, выработке здоровой осанки. Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, могут помочь в устранении некоторых физических недостатков.

На уроке следует закреплять все навыки, выработанные раньше, повторять пройденные движения и фигуры, уточнять освоенное не до конца.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

- вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца.

- разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем ученики повторяют).

Дети повторяют движения вместе с педагогом, а затем самостоятельно; при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их.

Движения разучиваются под музыку или под счет.

Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения.

Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию; комбинации разучиваем и отрабатываем. Затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются учащимися в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения.

Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о танцевальном образе и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку.

Основная работа над танцевальным образом начинается с разучивания движений танца, отработки поз и положений рук. Показ педагога поможет ученикам увидеть типичные черты образа.

На занятиях необходимо создать доброжелательную и комфортную для детей обстановку.

В середине и конце учебного года необходимо проводить открытые занятия и мероприятия для родителей.

**Дидактические материалы:**

- образные предметные картинки, предметы: обручи, мячи, флажки, цветные платочки, ленты и т.п.,

- сказки и рассказы о животных и детях,

- атрибуты к подвижным и музыкальным играм.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ****СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА****Нормативные документы**

1. Государственная программа Московской области "Образование Подмосковья" на 2017-2025 годы (утв. постановлением Правительства Московской области от 25.10.2016 г. № 784/39).
2. Конвенция ООН "О правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.).
3. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена Распоряжением Правительства РФ № 678-р от 31.03.2022).
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242).
6. Национальный проект "Образование" (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 03.09.2018 №10).
7. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07.12.2018 №3).
8. Письмо Министерства просвещения РФ от 17.06.2022 г. "О примерном календарном плане воспитательной работы".
9. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226).
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Зарегистрировано в Минюсте России 26 сентября 2022 г. N 70226).
11. Программа Российской Федерации "Развитие образования" до 2030 года.
12. Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей".
13. Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 995;р "Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.
14. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Санитарные правила 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).
15. Федеральный закон от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию".
16. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об образовании в Российской Федерации".
17. Федеральный проект "Патриотическое воспитание граждан РФ" национального проекта "Образование"

**Психолого-педагогическая литература**

1. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. - М.: Перспектива, 2018.; 224 с.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология. Учебник. - М.: Педагогика-пресс, 1999.; 536 с.
3. Педагогика: учеб. пособие/Под редакцией П.И. Пидкасистого – 2-ое изд., испр. и доп.- М.: Издательство Юрайт, 2011.; 502 с.
4. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии / Под редакцией С.А. Смирнова - М: Академия, 2008 г.; 512 с.
5. Подласый И.П. Педагогика - М: Просвещение, 2007 г.; 576 с.
6. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: В 2 т.- М: НИИ школьных технологий, 2006.; 816 с.

### **Литература по профилю программы.**

1. Бекина С. И., Ломова Т.П. , Соковнина Е.Н. Музыка и движение.- М.: «Просвещение», 1984.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика.- СПб: «Музыкальная палитра», 2012.
3. Выгодский Л.С. Педагогическая психология. - М.: «Просвещение», 1991.
4. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4;8 лет. - М.: «Гном-Пресс», 2001.
5. Калашникова Т. И., Конев Е.С.; Программа музыкально-ритмического воспитания «Ритмика и танец». - Иркутск, ИГПК № 1, 2007.
6. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М.: «Музыка», 1972.
7. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М.: «Гном-Пресс», 1997.
8. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. - М.: «Академия» ,1999.
9. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы.- М.: «Просвещение», 1997
10. Музыкальный энциклопедический словарь под ред. Келдыша Г.В. - М., «Музыка,» 1990.
11. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение.- М.: «Просвещение», 1972.
12. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб.: «Детство-пресс», 2005.
13. Фомина Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. - М.: «Детский сад; 2100», 2005.
14. Чурилова Э.Г. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников. Программа и репертуар. - М.: «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС».
15. Шереметьевская Н.Е. Танец на эстраде. - М.: Искусство, 1985.
16. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области.- М.: Издательский Дом «Один из лучших», 2008.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ**

1. Андерсон Боб. Растяжка для каждого. - Минск: «Попурри», 2002.
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии»- М.: «Айрис», 2000.
3. Вихарева Г.Ф. Играем с малышами.-СПб.: «Композитор», 2007.
4. Выгодский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - М.: «Просвещение», 1991.
5. Гельфан Е.М. Игры и упражнения для маленьких и больших - М.: «Просвещение», 1969.

6. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - М.: Академия развития, 2000.
7. Файнфельд О.А., Талдыкин А.А. Музыка, движение и фантазия - СПб: «Детство-пресс», 2002.

**Вопросы к теоретической части итоговой аттестации**

1. Что такое реверанс? (Поклон)
2. Назовите позиции рук, которые вы знаете. (Подготовительное положение, первая, вторая, третья)
3. Назовите позиции ног (первая, вторая, третья, шестая)
4. Определите характер музыки, которую вы сейчас услышите (слушают: полька, вальс, «барыня», хип-хоп)
5. Назовите основные движения русского народного танца, которые вы изучали («ковырялочка», притопы, «гармошка»)



**Календарно-тематический план-график на 2023/2024 учебный год**

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» (стартовый уровень)

Педагог дополнительного образования Мицкевич А.Е..

год обучения: 1-ый

группа: 1

Расписание: пн.18.00 -18.30

чт 18:00 - 18:30

Место проведения занятий: хореографический зал ДЮЦ «Галактика»

№ занятия	Дата	Тема занятия	Раздел программы	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
1.		Вводный инструктаж по ТБ. ОБДД, Введение в программу.	I	1	Беседа, игра	Опрос	
2.		Динамическая диагональ (различные шаги и прыжки начинать поочередно с командой «хоп»)	II	1	Беседа, игра	Наблюдение	
3.		Понятия: Счет. Темп. Сильно-слабо. Просмотр презентации.	III	1	Беседа, игра	Викторина, наблюдение	
4.		Понятие о движении по ходу танца и обратно. Боковой галоп.	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
5.		Упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет. Только на первый счет.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
6.		Упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет. Только на четный и нечетный счет.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
7.		Понятия: Направление. Право. Лево. Кругом. Шаг. Бег. Прыжок. Колонна. Просмотр презентации.	IV	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение	

					игра		
8.		Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Построение в рассыпную.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
9.		Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Терминология. Просмотр видеозаписи.	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
10.		Понятия: Сила. Ритм, характер и настроение в музыке, выразительность. Просмотр видеозаписи.	VI	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
11.		Специальные композиции и комплексы упражнений. «Зарядка». Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
12.		Понятия: Сила. Гибкость. Пластика. Выразительность. Просмотр презентации.	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
13.		Передвижение в обход шагом и бегом. Хлопки и удары ногой на каждый счет.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
14.		Передвижение в обход шагом и бегом. Хлопки и удары ногой через счет.	IV	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
15.		Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Группировки.	VII	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
16.		Построение в шеренгу по команде (образно-двигательные действия «солдатики»).	IV	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение	

					игра		
17.		Полуприседы и подъёмы на носки. Выставление ноги вперед и в сторону.	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
18.		Специальные композиции и комплексы упражнений. «Танцуй со мной». Музыкальные игры с предметами (листочки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
19.		Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках.	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
20.		Перевод рук из одной позиции в другую. Русский поклон. Открывание рук в сторону и на пояс.	V	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
21.		Прыжки на двух ногах и одной ноге, с ноги на ногу.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
22.		Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег врассыпную. Построение врассыпную.	IV	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
23.		Прыжки на двух ногах и одной ноге, с ноги на ногу.	IV	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
24.		.Шаги на месте с ударом мяча на 1 счет. То же с продвижением по диагонали	II	1	Беседа	Викторина, беседа	
25.		Шаг польки, пружинные движения ногами на полуприседах. Шаг с поскоком.	V	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	

26.	Специальные композиции и комплексы упражнений. «Сосулька». Музыкальные игры с предметами (снежинки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
27.	Перекаты в положении лежа, руки вверх («бревно») и в приседе на пятках с опорой на предплечья.	VII	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
28.	Выполнение движений руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко-тихо».	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
29.	Различие динамики звука «громко - тихо». На громкую музыку — увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку- уменьшение круга шагами вперед к центру.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
30.	Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Крутом!». Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны.	IV	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
31.	Перекаты в положении лежа, руки вверх («бревно») и в приседе на пятках с опорой на предплечья.	VII	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
32.	Подъемы ног и махи ногами. Танцевальные шаги: Шаг галопа вперед и в сторону.	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
33.	Русский переменный шаг, шаг с притопом, русский шаг «припадание».	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
34.	Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении.	IV	1	Беседа, практическое	Наблюдение	

		Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег в рассыпную.			занятие, игра		
35.		Специальные композиции и комплексы упражнений. «Зарядка», «Танцуй со мной», «Сосулька», «Теремок», «Сказка».	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
36.		Русский переменный шаг, шаг с притопом, русский шаг «припадание».	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
37.		Имитационно-образные упражнения на осанку: лежа на спине, стоя спиной к опоре («палочка», «столбик»).	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
38.		Комбинация в образно-двигательных действиях. Группировка лежа на спине («качалочка»); перекатом вперед сед на ноги врозь («Буратино»).	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
39.		Имитационно-образные упражнения на укрепление осанки. Веселый тренинг «Кораблик»	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
40.		Понятия: Счет. Темп. Сильно-слабо. Просмотр презентации	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
41.		Перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам («Шишки, желуди, орехи»-образно-двигательные действия).	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
42.		Комбинации из изученных танцевальных шагов. Основные движения русского танца: «тройной притоп», «гармошка», «ковырялочка».	V	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
43.		Построение в шеренгу, круг. Бег	IV	1	Беседа,	Наблюдение	

		врассыпную. Построение врассыпную.			практическое занятие, игра		
44.		Имитационно-образные упражнения на укрепление осанки. Веселый тренинг «Достань снежинку»	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
45.		Специальные композиции и комплексы упражнений. «Наездники».	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
46.		Специальные упражнения для развития силы мышц. Упор лежа прогнувшись («змея»). Лежа на спине, руки вверх ; принять группировку «ежик».	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
47.		Специальные композиции и комплексы упражнений. «Веселые путешественники».	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
48.		Понятия: Направление. Право. Лево. Кругом. Шаг. Бег. Прыжок. Колонна. Просмотр презентации.	IV	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
49.		Упражнения с движением по кругу (шаги, бег, прыжки, галоп) с ударом мяча в пол на счет раз	II	1	Беседа, игра	Викторина, беседа	
50.		Специальные композиции и комплексы упражнений. «Зарядка», «Танцуй со мной», «Сосулька», «Теремок», «Сказка», «Наездники», «Веселые путешественники»	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
51.		Упражнения на расслабление мышц, дыхательные, и на укрепление осанки	VII	1	Беседа, практическое	Наблюдение	

		Игровой самомассаж. Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. Пальчиковая гимнастика: «Выполнение фигур»			занятие, игра		
52.		Ходьба сидя на стуле. Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»).	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
53.		Перевод рук из одной позиции в другую. Русский поклон. Открывание рук в сторону и на пояс.	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
54.		Музыкальные игры с предметами (листочки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
55.		Музыкальные игры с предметами (платочки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
56.		Специальные упражнения для развития гибкости - морские фигуры: «улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сед между пятками, колени врозь; «медуза» - сед ноги врозь с наклоном вперед до касания руками стопы; «уж» - сед с предельно разведенными врозь ногами, руки на пояс; «морской червяк» - упор стоя согнувшись.	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
57.		Упражнения на развитие физических данных. Гибкость. Стопы. Сила мышц пресса и спины.	VII	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение	

					игра		
58.		Музыкальные игры с предметами (цветочки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
59.		Музыкальные игры с предметами (флажки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
60.		Выполнение движений руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко-тихо».	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
61.		Музыкальные игры с предметами (шарфы). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
62.		Понятие о движении по ходу танца и обратно. Боковой галоп.	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
63.		Упражнения с мячом в паре с партнером ,ударяя на счет раз	II	1	Беседа, игра	Викторина, беседа	
64.		Повторение понятие о движении по ходу танца и обратно. Боковой галоп.	V	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
65.		Музыкальные игры с предметами (море). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
66.		Повторение музыкальных игр с предметами (флажки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
67.		Упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет.	III	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение	



		Только на первый счет.			игра		
68.		Повторение выполнения движений руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко-тихо».	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение	
69.		Повторение музыкальных игр с предметами (флажки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
70.		Повторение специальных упражнений для развития гибкости - морские фигуры: «улитка»- упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сед между пятками, колени врозь; «медуза» - сед ноги врозь с наклоном вперед до касания руками стопы; «уж»- сед с предельно разведенными врозь ногами, руки на пояс; «морской червяк» - упор стоя согнувшись.	VII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
71.		Музыкальные игры с предметами (платочки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	VI	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
72.		Концерт	VIII	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение	
<b>ВСЕГО</b> по программе:				<b>72 ч.</b>			

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика»  
(стартовый уровень)

Педагог дополнительного образования Мицкевич А.Е.

Расписание: пн, чт – 18.00-18.30

### Календарный учебный график на 2023-2024 уч. год

Календарный учебный график реализации программы регламентируется Календарным учебным графиком МБУ ДО «ДЮЦ «Галактика» на 2023-2024 учебный год

Набор детей на обучение по программе осуществляется в два этапа:

- основной набор 15 апреля - 15 августа 2023 года;
- дополнительный набор 15 августа - 30 сентября 2023 года.

Продолжительность 2023–2024 учебного года:

- начало учебного года – 01.09.2023 г.;
- продолжительность учебного года – 36 недель;
- окончание учебного года – 31.05.2024 года

Учебный год делится на два полугодия:

- 1-ое полугодие – с 01.09.2023 по 31.12.2023
- 2-ое полугодие – с 09.01.2024 по 31.05.2024
- Зимние каникулы – с 01.01.2024 по 08.01.2024

Полугодие	Период начала и окончания	Количество недель	Итоговая аттестация учащихся
1 полугодие	01.09.2023 - 31.12.2023	16	-
2 полугодие	09.01.2024 - 31.05.2024	20	Май 2024 г.-

**Календарно-тематический план - график воспитательной работы на 2023/2024 учебный год**

Тема воспитательной работы: "Развитие социальной компетентности детей и подростков"

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика»

<b>Дата</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Направление *</b>	<b>Модуль **</b>	<b>Примечание</b>
сентябрь	Родительское собрание. День г. о. Мытищи. Беседа "Моя малая Родина"	Духовно-нравственное	Работа с родителями»	
октябрь	День Учителя. Концерт «Государственная символика России»	Культурологическое Духовно-нравственное Духовно – патриотическое	«Выставки, концерты, спектакли» «Детские объединения»	
ноябрь	День народного единства. Викторина "Россия - Родина моя"	Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	
декабрь	Новогодний праздник.	Культурологическое	«Выставки, концерты, спектакли».	
январь	Родительское собрание. Спортивная эстафета	Физическое	«Работа с родителями»	
февраль	День защитника Отечества. Урок мужества	Духовно-нравственное	«Ключевые дела»	
март	Международный женский день. Праздник "День Мамы"	Культурологическое	«Выставки, концерты, спектакли».	

апрель	День экологии. Субботник "Приведи в порядок свою планету"	Экологическое воспитание	«Ключевые дела»	
май	День Победы. Беседа "Чтобы помнили..."	Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	

**\*Направления воспитательной работы:**

- Духовно-нравственное
- Культурологическое
- Экологическое воспитание
- Физическое
- Гражданско-патриотическое

**\*\*Модуль**

1. Модуль «Ключевые дела» ( главные традиционные дела, коллективные творческие дела, мероприятия духовно-нравственной и патриотической направленности)

2. Модуль «Детские объединения».

3. Модуль «Самоуправление».

4. Модуль «Выставки, концерты, спектакли, соревнования».

5. Модуль «Работа с родителями».