

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ МОСКОВСКОЙ
ОБЛАСТИ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ГАЛАКТИКА»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»
Э.Ю. Салтыков
Приказ № 147-О
от «29» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Ритмика»

Направленность: художественная
Уровень сложности освоения: стартовый
Возраст обучающихся: 3 - 8 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Мицкевич Анна Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

г. Мытищи
2024 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	- 4 с.
Направленность программы	
Авторская основы программы	
Программа составлена с учетом нормативных документов:	
Актуальность программы.	
Новизна программы	
Педагогическая целесообразность программы.	
Основные принципы обучения и воспитания:	
Цель программы	- 5 с.
Задачи:	
Адресат программы.	
Краткая характеристика учащихся по программе	
Срок реализации программы	
Объем учебных часов	
Форма обучения	
Язык обучения	
Место проведения занятий	
Особенности организации образовательного процесса.	
Режим занятий:	
Санитарно-гигиенические нормы, нормы пожарной безопасности.	
Планируемые результаты программы	- 7 с.
а) образовательные результаты	
б) воспитательные результаты	
в) развивающие результаты	
Аттестация учащихся	- 8 с.
Текущий контроль	
Итоговая аттестация	
Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации	
Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	
Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов	
УЧЕБНЫЙ ПЛАН	- 9 с.
СОДЕРЖАНИЕ	- 9 с.
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	- 10 с.
Материально-техническое обеспечение	
Кадровое обеспечение	
МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	- 11 с.
Методы обучения	
Методы воспитания	
Формы организации образовательного процесса	
Формы организации учебного занятия	
Педагогические и образовательные технологии	
Алгоритм учебного занятия	
Дидактические материалы	

Информационное обеспечение

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА - 14 с.

Нормативные документы

Психолого-педагогическая литература

Литература по профилю

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ - 16 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ - 17 с.

Содержание теоретической части итоговой аттестации (*Приложение № 1*)

Календарно-тематический план-график (*Приложение № 2*)

Календарный учебный график (*Приложение № 3*)

Воспитательная программа (*Приложение № 4*)

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), дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика и танец» Е.В. Ротчева.

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. Содержание программы ориентировано на постепенное освоение обучающимися основ танца, знакомство с элементарными понятиями темпа, ритма, с танцевально-игровыми комбинациями, бытовыми танцами.

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: Обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры. 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:

- развивать опорно-двигательный аппарат;
- формировать правильную осанку и постановку корпуса;
- развивать память, внимание, образное мышление, фантазию и воображение;
- развивать чувство ритма, музыкального слуха;
- развивать танцевальную эмоциональность.

воспитательные:

- воспитывать дисциплину, волю, целеустремленность;
- воспитывать трудолюбие;
- воспитывать стремление к двигательной активности;
- воспитывать творческую активность;
- воспитывать коллективизм, товарищество;
- формировать нравственные принципы, патриотические чувства;
- воспитывать эстетическую культуру.

Адресат программы: дети 3 -8 лет.

Краткая характеристика учащихся по программе

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. Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала. 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 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 (45 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;
- освоили основные понятия и термины начальной хореографии;
- научились правильно исполнять танцевальные элементы;
- 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 корпуса;
- укрепили и развили мышечный аппарат;
- 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	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	25	4	21
III	Партерная гимнастика	25	4	21
IV	Танцевальные этюды, игры, танцы	20	4	16
V	Итоговое занятие	1	-	1
ВСЕГО		72	12,5	59,5

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 ДЮОЦ. ПДД. Правила пешехода.

Практика: Первичная диагностика. Беседа.

II. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Теория:

Правила исполнения танцевальных движений. Последовательность.

Практика:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью рук;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- ходьба на каждый счет и через счет;
- хлопки и удары ног на сильные и слабые доли такта;
- бег и прыжки в различном темпе;
- перескоки;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг;
- шаги на полупальцах;
- притопы;
- упражнения с предметами;
- знакомство с танцевальными рисунками;
- упражнения на ориентирование в пространстве.

III. Партерная гимнастика

Теория:

Правила выполнения упражнений. Последовательность. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;

- упражнения для позвоночника;
- образные движения;

Танцевальные этюды на полу.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

IV. Танцевальные этюды, игры, танцы

Теория:

Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения. Простой танцевальный шаг. Притоп. Методика исполнения основных движений.

Практика:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- слушание музыки, сказок, придумывание музыкальных образов;
- сочинение этюдов совместно с детьми;
- применение игр на занятиях.

V. Итоговое занятие

Практика:

Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. 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, флэшка,
- форма одежды: балетки, черный купальник, черные лосины, белые носочки.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования имеет 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:

- иллюстрации;
- предметы: обручи, мячи, флажки, цветные платочки, ленты и т.п.;
- сказки и рассказы;
- атрибуты к подвижным и музыкальным играм;
- видео, аудиозаписи.

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 г.);
5. Национальный проект "Образование" (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 03.09.2018 №10);
6. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07.12.2018 №3);
7. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» («Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»);
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» («Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
9. Письмо Министерства просвещения РФ от 17.06.2022 г. "О примерном календарном плане воспитательной работы";
10. План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
13. 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);

14. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
15. Программа Российской Федерации "Развитие образования" до 2030 года;
16. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
17. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
18. 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";
19. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об образовании в Российской Федерации";
20. 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.: 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. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4;8 лет. - М.: «Гном-Пресс», 2001.
4. Калашникова Т. И., Конев Е.С.; Программа музыкально-ритмического воспитания «Ритмика и танец». - Иркутск, ИГПК № 1, 2007.
5. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М.: «Музыка», 1972.
6. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М.: Гном-Пресс, 1997.
7. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. - М.: Академия ,1999.
8. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы. - М.: Просвещение, 1997.
9. Музыкальный энциклопедический словарь под ред. Келдыша Г.В. - М., Музыка, 1990.
10. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение.- М.: «Просвещение», 1972.
11. 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.
12. Фомина Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. - М.: «Детский сад; 2100», 2005.
13. Чурилова Э.Г. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников. Программа и репертуар. - М.: «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС».
14. Шереметьевская Н.Е. Танец на эстраде. - М.: Искусство, 1985.

15. 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 обучающихся и родителей

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.

Интернет ресурсы

1. «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы)
https://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/Ритмика%20и%20танец%204-6%20лет_pdg.pdf
2. «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 3 – 6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного образования).
https://st.educom.ru/eduoffices/gateways/get_file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857-BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiya.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.-v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf

Вопросы к теоретической части итоговой аттестации

1. Правила поведения в хореографическом зале.
2. Названия основных танцевальных движений:
 - plie (приседание)
 - releve (подъём на полупальцы или пальцы)
 - passe (положение стопы у колена)
 - flex (сокращенная стопа, кисть)
 - flat back (наклон корпуса вперед на 90 градусов с прямой спиной)
3. Назовите позиции рук. (подготовительное положение, первая, вторая, третья)
4. Назовите позиции ног (первая, вторая, третья, шестая)
5. Что такое просто танцевальный шаг? (это отдельное танцевальное ритмическое движение с определённой постановкой ног)

Календарно-тематический план-график на 2024/2025 учебный год

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» (стартовый уровень)

Расписание: Пн.18.00-18.45

Ср. 18.00-18.45

Место проведения занятий: хореографический зал МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»

№ занятия	Дата	Тема занятия	Раздел программы	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
1.	1	Вводный инструктаж по ТБ. ОБДД, Введение в программу.	I	1	Беседа, игра	Опрос
2.	2	Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Танцевальная разминка.	II	1	Беседа, игра	Наблюдение
3.	3	Элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений.	II	1	Беседа, игра	Викторина, наблюдение
4.		Партерная гимнастика. Правила выполнения движений. Последовательность.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
5.	4	Знакомство с элементами партерной гимнастики: Танцевальная разминка: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
6.		Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: равномерный бег с захлестом голени.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
7.	5	Танцевальная разминка. Разучивание и выполнение хореографических этюдов.	IV	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение

8.	6	Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Построение в рассыпную.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
9.	7	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений. Постановка корпуса. Работа рук. Шаг-марш.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
10.	8	Партерная гимнастика. Знакомство с элементами танцевальных движений: бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
11.	9	Специальные композиции и комплексы упражнений. Игры с пением или музыкальным сопровождением.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
12.	10	Партерная гимнастика с использованием гимнастической палки. Понятия: Сила. Гибкость. Пластика. Выразительность.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
13.	14	Партерная гимнастика с использованием гимнастической палки. Упражнения на растяжку. Передвижение в обход шагом и бегом. Хлопки и удары ногой на каждый счет.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
14.		Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
15.		Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Группировки.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
16.	15	Танцевальные этюды на полу. Знакомство с танцевальными рисунками.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение

17. 16	Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: упражнения и игры по ориентации в пространстве.	IV	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
18. 17	Специальные композиции и комплексы упражнений. «Танцуй со мной». Музыкальные игры с предметами (ленты). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
19. 18	Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Группировки. Последовательность.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
20. 20	Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: простой танцевальный шаг, приставной шаг. Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Положение ноги – passe.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
21. 22	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика с использованием блоков для йоги. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Прыжки на двух ногах и одной ноге, с ноги на ногу.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
22. 24	Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег на носках. Перестроения в круг, из круга. Положение ноги – passe.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
23.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика с использованием блоков для йоги. Гибкость. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. Прыжки на двух ногах и одной ноге, с ноги на ногу.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение

24. 25.	Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. Простой танцевальный шаг. То же с продвижением по диагонали.	II	1	Беседа	Викторина, беседа
25. 26.	Шаг польки, пружинные движения ногами на полуприседах. Шаг с подскоком. Постановка танцевального номера.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
26. 27.	Специальные композиции и комплексы упражнений. «Снежинка». Музыкальные игры с предметами (снежинки). Игры с пением или музыкальным сопровождением.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
27. 28.	Перекаты в положении лежа, руки вверх («бревно») и в приседе на пятках с опорой на предплечья. Березка. Подготовка к перекатам.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
28. 29.	Выполнение движений руками в различном темпе. Работа над выразительностью рук. Постановка танцевального номера.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
29. 30.	Различие динамики звука «громко - тихо». На громкую музыку - увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку- уменьшение круга шагами вперед к центру. Releve.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
30. 31.	Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю. Шаг- марш. Releve.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
31.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика с использованием блоков для йоги. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
32.	Партерная гимнастика с	III	1	Беседа,	Наблюдение

		использованием скакалки. Подъемы ног и махи ногами. Танцевальные шаги: Шаг галопа вперед и в сторону.			практическое занятие	
33. 32		Русский переменный шаг, шаг с притопом, русский шаг «припадание». Plie.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
34.		Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении. Передвижение по кругу в различных направлениях. Работа над репертуаром.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
35. 38		Специальные композиции и комплексы упражнений. Слушание музыки. Музыкальный образ.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
36.		Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
37. 39		Танцевальная разминка. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
38. 42		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика с использованием скакалки. Постановка танцевального номера. Работа над репертуаром.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
39.		Имитационно-образные упражнения на укрепление осанки. Веселый тренинг (самостоятельная работа). Работа над репертуаром.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
40. 43		Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение

		гибкости суставов.				
41. 44		Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе прослушанного музыкального материала.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
42. 45		Комбинации из изученных танцевальных шагов. Импровизация. Releve. Работа над репертуаром.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
43. 46		Партерная гимнастика с использованием скакалки. Упражнения на развитие гибкости. Построение в шеренгу, круг. Бег с высоким подъемом бедра. Шаг-марш. Подскоки.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
44. 47		Имитационно-образные упражнения на укрепление осанки.	IV	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение
45. 48		Партерная гимнастика с использованием фитбола. Специальные композиции и комплексы упражнений на развитие стопы.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
46. 49		Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Импровизация. Перемещение по уровням.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
47. 53		Специальные композиции и комплексы упражнений. «Веселые путешественники». Flat back. Работа над репертуаром.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
48. 54		Разучивание танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук. Flat back. Работа над репертуаром.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
49. 56		Упражнения с движением по кругу (шаги, бег, прыжки, галоп) Движение по диагонали.	II	1	Беседа, игра	Викторина, беседа

50. 57	Мостик из положения лежа. Упражнения на развитие танцевального шага.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
51. 59	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные, и на укрепление осанки. Упражнения на развитие стопы. Укрепление свода стопы.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
52. 61	Танцевальный шаг. Шаг-марш. Хлопки в такт музыки. Ритмическая игра «оркестр». Пор де бра. Работа над репертуаром.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
53. 62	Перевод рук из одной позиции в другую. Открывание рук в сторону и на пояс. Работа в ускоренном темпе. Работа над репертуаром.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
54. 63	Игра-импровизация «в мире животных». Разучивание этюда. Танцевально-образные движения.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
55. 64	Музыкальные игры с предметами. Слушание музыки. Работа над образом. Разучивание этюда.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
56. 65	Специальные упражнения для развития гибкости. Растяжка. Шпагаты.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
57.	Упражнения на развитие физических данных. Гибкость. Стопы. Сила мышц пресса и спины.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
58. 66	Музыкальные игры. Импровизация. Танцевально-образные движения. Образ – герои русских сказок.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
59. 68	Импровизация - объемы. Танцевально- образные движения. Образ- природное явление	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
60. 69	Выполнение движений руками в различном темпе. Пор де бра. Подготовка к выступлению.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение

61. 70	Музыкальные игры с предметами (шарфы). Слушание музыки. Самостоятельная работа. Сочинение танцевального этюда.	IV	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
62. 71	Понятие о движении по ходу танца и обратно. Галоп: боковой, прямой, со сменой ног. Подготовка к выступлению.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
63. 72	Партерная гимнастика с использованием фитбола. Развитие выворотности. Упражнения в паре с партнером.	III	1	Беседа, игра	Викторина, беседа
64.	Повторение понятие о движении по ходу танца и обратно. Галоп: боковой, прямой, со сменой ног. Подготовка к выступлению.	II	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
65.	Музыкальные игры. Море волнуется. Игры музыкальным сопровождением.	IV	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
66.	Разучивание танцевального этюда. Повторение пройденного материала.	IV	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение
67.	Упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет. Движение по диагонали.	II	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
68.	Партерная гимнастика с использованием фитбола. Повторение выполнения движений на полу. Работа над репертуаром.	III	1	Беседа, практическое занятие	Наблюдение
69.	Повторение музыкальных игр с предметами (флажки). Игры с пением или музыкальным сопровождением. Развитие физических данных. Подготовка к выступлению.	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение
70.	Повторение специальных упражнений для развития гибкости - морские фигуры:	III	1	Беседа, практическое занятие, игра	Наблюдение

		«улитка»- упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сед между пятками, колени врозь.				
71.		Повторение разученного танцевального этюда. Подготовка к выступлению.	IV	1	Беседа, практическое занятие,	Наблюдение
72.		Итоговое занятие. Концерт	V	1	Беседа, практическое занятие.	Наблюдение
ИТОГО:				72 ч.		

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика»
(стартовый уровень)

Расписание: пн., ср. – 18.00-18.45

Календарный учебный график на 2024-2025 уч. год

Календарный учебный график реализации программы регламентируется Календарным учебным графиком МБУ ДО «ДЮОЦ «Галактика» на 2024-2025 учебный год

Набор детей на обучение по программе осуществляется в два этапа:

- основной набор 15 апреля - 15 августа 2024 года;
- дополнительный набор 15 августа - 30 сентября 2024 года.

Продолжительность 2024–2025 учебного года:

- начало учебного года – 01.09.2024 г.;
- продолжительность учебного года – 36 недель;
- окончание учебного года – 31.05.2025 года

Учебный год делится на два полугодия:

- 1-ое полугодие – с 01.09.2024 по 31.12.2024
- 2-ое полугодие – с 09.01.2025 по 31.05.2025
- Зимние каникулы – с 01.01.2024 по 08.01.2025

Полугодие	Период начала и окончания	Количество недель	Итоговая аттестация учащихся
1 полугодие	01.09.2024 - 31.12.2024	16	-
2 полугодие	09.01.2025 - 31.05.2025	20	Май 2025 г.

Календарно-тематический план - график воспитательной работы на 2024/2025 учебный год

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

Дата	Название мероприятия	Направление *	Модуль **
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 сою планету"	Экологическое воспитание	«Ключевые дела»
май	День Победы. Беседа "Чтобы помнили..."	Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика»