

**РЕСПУБЛИКА КРЫМ**  
**АДМИНИСТРАЦИЯ БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА**  
**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ «РУСАКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»**  
**БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**ОДОБРЕНО/ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МБОУ «Русаковская СШ»  
Белогорского района  
Республики Крым  
От «26». 08.2025  
Протокол № 12

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
МБОУ «Русаковская СШ»  
Белогорского района  
Республики Крым  
\_\_\_\_\_  
Т.Д.Пфаф  
26.08.2025 № 265

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**  
**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**КРУЖКА «РИТМИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ ФИЗКУЛЬТУРЫ»**

Направленность: спортивно-оздоровительная  
Сроки реализации программы: 34 часа (1 год)  
Вид программы: модифицированная  
Уровень: базовый  
Возраст обучающихся: от 7 до 10 лет  
Составитель: Базовая Кристина Олеговна, учитель начальных классов

с. Русаковка  
2025 г.

## **Содержание программы**

### **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

- 1.1. Пояснительная записка .....
- 1.2. Цель и задачи Программы.....
- 1.3. Воспитательный потенциал программы.....
- 1.4. Содержание программы.....
- 1.5. Планируемые результаты .....

### **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

- 2.1. Календарный учебный график.....
- 2.2. Условия реализации программы.....
- 2.3. Формы аттестации.....
- 2.4. Список литературы.....

### **Раздел 3. Приложения**

- 3.1. Оценочные материалы.....
- 3.2. Методические материалы.....
- 3.3. Календарно-тематическое планирование.....
- 3.4. Лист корректировки.....
- 3.5. План воспитательной работы.....

## **1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика с элементами физкультуры» разработана в соответствии со **следующей нормативно-правовой базой:**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

- Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

- Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);

- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Постановление 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»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

– Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных

программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «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»;

– Устав Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Русаковская средняя школа» Белогорского района Республики Крым.

– Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам МБОУ «Русаковская СШ» Белогорского района Республики Крым от 23.08.2023 №216

**Направленность:** спортивно-оздоровительная.

На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку оздоровительной направленности.

Предлагаемая система практических заданий позволит педагогу повысить физическую активность детей, а выполнение музыкальных игровых заданий увеличивает эффективность обучения школьников двигательным действиям на фоне оптимальной двигательной активности и повышения двигательного опыта.

**Актуальность** данной программы состоит в биологически необходимом объеме движений для младших школьников, смене умственного процесса на физическую деятельность, снижения утомляемости учащихся и активизации малоподвижных учащихся.

**Новизна и оригинальность** программы заключается в поиске новых форм обучения хореографии, с использованием региональных особенностей народного танца и личного практического опыта работы педагога в области хореографии. Главным основанием для построения такой программы выступает ориентация на дифференциацию и индивидуализацию детей, что позволяет реализовать принцип личностной ориентации в образовательном процессе через определенные условия, способствующие развитию детей с разными образовательными возможностями и потребностями. Данная программа предполагает обучение эмоциональной выразительности исполнения, умению точно передавать стиль и манеру танца. Обучение танцу дает возможность овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, формируя качества и навыки, которые используются их обладателями и в повседневной жизни.

**Отличительные особенности программы.** Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в кружке являются не только танцы, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес школьников к разным видам спорта.

**Педагогическая целесообразность** является содействие всестороннему развитию личности школьника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Обучение по программе создает необходимый двигательный режим и положительный психологический настрой. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

**Адресат программы** - программа предназначена для обучающихся начальной школы с 7 до 10 лет, наполняемость групп от 10 до 15 человек.

**Объем и срок освоения программы** - общее количество учебных часов -34, временная продолжительность - 1 год.

**Режим занятий**, Программа рассчитана на 34 часа в год и реализуется в течение 34 учебной недели.  
 Количество часов в неделю – 1.  
 Количество групп – 1.  
 Продолжительность занятий – 45 минут.

**Уровень программы** – базовый.

**Формы обучения** – очная.

**Особенности организации образовательного процесса** - группа учащихся одной возрастной категории, состав группы постоянный.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** формирование физических качеств и творческого самовыражения в процессе физической активности, в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка в игровой деятельности. Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формировать правильную осанку.

**Задачи:**

**Образовательные (обучающие, предметные)**

- усовершенствовать основные виды движений, имеющие главным образом, прикладное значение в танце: ходьбу, бег, прыжки, шаги, позиции и т.д.
- познакомить с правилами разнообразных подвижных игр
- приучать к выполнению действий по сигналу.

**Личностные (воспитательные)**

- развивать отдельные мышечные группы и обучать напряжению и расслаблению мышц.
- развивать гибкость пространственную ориентировку.
- развивать активность детей с гимнастическими мячами, скакалками, обручами и т.д.

**Метапредметные (развивающие)**

- воспитывать нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость.
- воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

## 1.3. Воспитательный потенциал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Воспитательная работа с обучающимися осуществляется преподавателем в ходе занятий народными танцами, соревновательно-игровой деятельностью. Основной целью воспитательной работы является формирование у детей положительных личностных качеств

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к занятиям физической культурой и танцами.

## 1.4. Содержание программы Учебно-тематический план

| № | Название раздела, темы | Количество часов. Класс |        |        |         |
|---|------------------------|-------------------------|--------|--------|---------|
|   |                        | 1класс                  | 2класс | 3класс | 4 класс |
| 1 | Ведение в программу    | 1                       | 1      | 1      | 1       |
| 2 | Пальчиковая гимнастика | 5                       |        |        |         |
| 3 | Игроритмика            | 6                       | 8      | 8      | 8       |
| 4 | Игрогимнастика         | 6                       | 8      | 8      | 8       |
| 5 | Игротанцы              | 7                       | 8      | 7      | 7       |



|    |                                    |    |    |    |    |
|----|------------------------------------|----|----|----|----|
| 6  | Танцевально-ритмическая гимнастика |    | 6  | 4  | 4  |
| 7  | Игропластика                       |    |    | 4  | 2  |
| 8  | Музыкально-ритмическая гимнастика  | 3  |    |    |    |
| 9  | Игры-путешествия                   | 4  | 3  |    |    |
| 10 | Креативная гимнастика              |    |    | 2  | 4  |
|    | Итоговое занятие                   | 1  | 1  | 1  | 1  |
|    | Итого:                             | 33 | 35 | 35 | 35 |

### Содержание учебного плана

**1.ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.** Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: сгибание и разгибание, приведение и отведение, противопоставление пальцев рук при работе двумя руками и одной рукой. Игры-потешки. Выполнение фигурок из пальцев.

**2.ИГРОРИТМИКА.** Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Хлопки в такт музыки. Ходьба под счет. Акцентированная ходьба.. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко — тихо». Выполнение упражнений под музыку.

**3.ИГРОГИМНАСТИКА.**

**3.1.** Строевые упражнения. Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.

**3.2.** Общеразвивающие упражнения.

Упражнения без предмета. Основные движения туловищем и головой. Комплексы общеразвивающих упражнений.

Упражнения с предметами. Упражнения с мячами, обручами, прыгалками.

**3.3.** Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положения рук, ног.

Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.

**4.ИГРОТАНЦЫ.**

**4.1.** Хореографические упражнения. Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений.

4.2. Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов.

4.3. Ритмические танцы «Шарики», «Если весело живется», «Танец утят», «Кузнечик».

## 5.ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА.

Специальные композиции и комплексы упражнений: «Точка», «Чунга- Чанга», «Лягушка», «Я танцую», «Чебурашка».

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

7. МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ ПО РИТМИКЕ: «Найди свое место», «Нитка — иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы — веселые ребята», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Водяной».

Подвижные и образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений.

8.ИГРЫ-ПУТЕШЕСТВИЯ «На лесной опушке», «Путешествие по станциям», «Путешествие в морское царство — подводное государство», «В гости к Чебурашке», «Поход в зоопарк», «Конкурс танца».

9. КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА. Музыкально-творческие игры «Кто я?», «Море волнуется». Специальные задания. «Создай образ», «Импровизация под песню».

## 1.5. Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся должны:

### знать:

- соотнесение пространственных построений с музыкой;
- навыки выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- такт и затакт;
- простейшую танцевальную терминологию;
- правила постановки корпуса, ног и положение рук, головы у станка;
- понятие о динамических оттенках музыки;

### уметь:

- распознавать характер танцевальной музыки;
- исполнять элементы и фигуры разных видов танца;
- исполнять разные виды шагов;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- исполнять навык легкого шага с носка на пятку;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- выражать образ в разном эмоциональном состоянии;
- уметь правильно открывать и закрывать руку на талию;
- танцевать простейшие народные, эстрадные танцы.
-

**Предметные результаты:** в соответствии с предметными задачами обучающиеся представляют танцы как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности;
- применять жизненно важные двигательные умения и навыки различными способами, в различных условиях.

**Метапредметные результаты:** в соответствии с метапредметными задачами обучающиеся должны планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- самостоятельно оценивать правильность выполнения действий.

**Личностные результаты:**

- снижение заболеваемости;
- формировать физические качества;
- воспитывать культуру общения;
- воспитывать любовь и уважение к окружающим;
- сблизить и сплотить детский коллектив;
- развивать самооценку у младших школьников.

## **2. Комплекс организационно – педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Количество учебных недель – 34. Количество учебных дней - 34. Дата начала и окончание учебного периода – 01.09.2024 г. – 22.05.2024 г. Учебные занятия проводятся с понедельника по пятницу согласно расписанию, утвержденному директором МБОУ «Русаковская средняя школа» Белогорского района Республики Крым, исключая каникулы. Зимние каникулы – с 31.12.2024 по 08.01.2025 г. Календарный-учебный график может корректироваться в течении учебного года.

### **2.2. Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение**

Занятия проводятся в спортивном зале. Для проведения занятий необходимы следующие оборудования и инвентарь:

| №  | Раздел               | Тип занятий                                | Методы и приемы                                 | Дидактическое и материально-техническое оснащение                                     |
|----|----------------------|--|---|---|
|    | Введение в программу | Беседа                                     | Наглядный                                       | Дидактические таблицы.  |
| 1. | Ритмика              | Беседа, игра                               | Метод показа, метод программированного обучения | Дидактические таблицы, ноутбук с аудио- и видеоматериалами по теме, тестовые таблицы. |
| 2. | Танцевальная азбука  | Объяснение, беседа, демонстрация материала | Инструкция, показ, демонстрация, тренинг.       | Дидактические таблицы по теме, ноутбук, фото-, аудио- и                               |

|    |                      |   |   |   |
|----|----------------------|---|---|---|
|    |                      | учителем, практическая работа, самостоятельная работа, игра.                                      |   | видеоматериал по теме, станки и зеркала в танцзале. |
| 3. | Танцевальные игры    | Объяснение, беседа, демонстрация, игра.   | Формирование и активизация восприятия, памяти и воображения.      | Ноутбук с аудиоматериалами, инвентарь для игр.      |
| 4. | Репетиционная работа | Практическая работа, объяснение и демонстрация материала педагогом, самостоятельная работа, игра. | Создание проблемных и поисковых ситуаций, контроль, самоконтроль. | Ноутбук, аудио-, видеофайлы.                        |

**Информационное обеспечение** - аудио-, видео-, интернет-источники;

**Кадровое обеспечение** - рассчитана на преподавателя, владеющего знаниями по педагогике, психологии, методикой проведения занятий.

**Методическое обеспечение программы** включает: формы, приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса; дидактический, лекционный, методический материал; материально-техническое оснащение занятий.

### ***Особенности организации образовательного процесса.***

Основной формой учебной и воспитательной работы по Программе является урок в классе. Обычно он включает проверку выполненного задания, совместную работу педагога и ученика по выполнению гимнастических упражнений, рекомендации педагога относительно способов самостоятельной работы обучающегося.

Форма урока определяется конкретными задачами, стоящими перед обучающимися, а также сложившимися в процессе занятий отношениями обучающихся и педагога. Преподаватель должен следовать дидактическим принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала.

Необходимым условием для успешного обучения ритмике является формирование правильной постановки корпуса, рук, ног и головы. С первых же уроков полезно рассказывать детям об анатомическом строении тела, роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.

Преподаватель помогает обучающимся увидеть образ движения. Показом надо пользоваться умело, не злоупотребляя им. Так, нет смысла демонстрировать движение, которое хорошо известно. Это снижает интерес к занятиям и не способствует развитию памяти.

Важно постоянно стимулировать работу над совершенствованием исполнительской техники, координации движений и ловкости, которые необходимы при выполнении любого гимнастического упражнения.

Существенным моментом правильной организации урока является продуманное размещение обучающихся. Следует помнить, что, выполняя движения у станка, дети не должны мешать друг другу, а на середине зала лучше использовать шахматный порядок, причем со сменой линий каждые 2-3 урока. Занятия перед зеркалами целесообразно чередовать с занятиями без зеркал, так как помимо визуального самоконтроля, дети должны уметь контролировать свои движения мышечным чувством.

Педагог не только обучает детей правильно и красиво двигаться, но и прививает им навыки культурного поведения. Результативность во многом зависит от подбора репертуара, который соответствует возрастным особенностям. Практика показала, какое большое значение имеют уроки ритмики – они позволяют подготовить детей к более сложным танцевальным этюдам старших классов.

### ***Применяемые методы и формы работы с обучающимися:***

- Словесный (устное изложение, беседа, объяснение, анализ)
- Наглядный (личный показ педагогом приемов исполнения, фото- и видеоматериалы)
- Практический (тренинг, выполнение движений)
- По дидактической цели – вводное занятие; обучающее занятие; занятие по углублению знаний; практическое занятие; занятие по систематизации и обобщению знаний; по контролю знаний, умений, навыков; комбинированные занятия.
- По особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей – коллективно-творческое занятие, индивидуальное занятие, беседы, семинар, практикум, экскурсия, мастерская, конкурс, фестиваль, отчетный концерт, открытое занятие.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

***Дидактические материалы*** – видео материал, инструкционный.

**Формы подведения итогов:** отчетный концерт.

### **2.3. Формы аттестации**

*Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:* - *предварительный:* проводится тестирование физических данных обучающихся;

- *текущий:* в конце каждого раздела разученных тем проводятся соревнования на которых дети показывают полученные знания, физические умения по заданной теме. Дети оценивают результаты свои, товарищей, объясняют, что получается, а над чем ещё надо поработать. Главное – обучающиеся получают моральное и физическое удовлетворение оттого, что их успехи ценятся другими, повышается их самооценка, осознание своей значимости.

- *итоговый:* участие в концерте.

Показателями качества воспитательной работы в учебной группе являются следующие критерии:

- уровень воспитанности обучающихся;
- микроклимат в детском коллективе;
- взаимодействие педагога дополнительного образования с родителями.

Также объективными показателями влияния образовательного процесса на личность обучающихся будут качественные личностные изменения.

Эти критерии исследуются методами опроса, педагогического наблюдения, беседы с родителями. А также самооценка себя ребенком.

**Диагностика эффективности образовательного процесса** осуществляется с помощью опроса, педагогического наблюдения, создания педагогических ситуаций.

*Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:* грамота, журнал посещаемости, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей,

*Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:* концерт.

## 2.4. Список литературы

### Основная:

#### Литература для педагога:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». – Москва, Ральф, 2001
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии». – Санкт-Петербург, 1996
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение -М., 2002 г.
4. Богданов Г. Урок русского народного танца. – Москва, 1995
5. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». – Ленинград, Искусство, 1980
6. Васильева Т. Секрет танца. – СПб., 1977 г.
7. Горский Б.А. Технология разработки авторской программы дополнительного образования детей. // Дополнительное образование – 2003 - №1.
8. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца – Танцевальные движения и комбинации на середине зала», – М: Владос, 2004
9. Захаров В.М. Танцы народов мира. – М., 2001 г.
10. Ивановский Н.П. Бальный танец. – Калининград, 2004 г.
11. Кауль Н.Н. Как научить танцевать – Ростов, 2004 г.
12. Климов А. Основы русского народного танца – М., 2004 г.
13. Кулагина И.Е. «Художественное движение» Программы дополнительного образования Министерства образования Высшей школы РФ, 2005 г.
14. Мур А. Бальные танцы – М., 2004 г.
15. Мур А. Начальный курс танца – М., 2002 г.
16. Передреева О.Б. Что такое программа дополнительного образования нового поколения. // Дополнительное образование. – 2003. – №3.
17. Полятков С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, 2005 г.
18. Роот З. Танцы с нотами – М., 2006 г.
19. Санитарно-эпидемиологические требования к образовательным учреждениям. СанПиН:2003.

#### Для обучающихся:

1. Журналы «Искусство». Подшивка за 1998-2007 гг.
2. Журналы «Балет». Подшивка за 2000-2008 гг.
3. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М. «Искусство», 1986
4. Видеоматериалы концертов, выступлений танцевальных коллективов.

#### Рекомендуемые сайты:

[http://tangovt.ru/publ/ehstradnyi\\_tanec/6-1-0-14](http://tangovt.ru/publ/ehstradnyi_tanec/6-1-0-14)

<http://www.ortodance.ru/>

<http://www.youtube.com/>

<http://www.goldenflowers.ru/school/style/>

<http://www.missfit.ru>

### 3.1. Оценочные материалы

[illegible]

### 3.2. Методические материалы

### 3.3. Календарно-тематическое планирование «Ритмика с элементами физкультуры»

#### Группа №1

Дни занятий: понедельник

1 год обучения, количество часов в год 33

| №<br>п/п | Название темы занятия  | Кол-<br>во<br>часов | Дата по<br>расписанию |               | Форма<br>аттестации<br>контроля | Приме-<br>чания<br>(корре-<br>ктив-<br>ка) |
|----------|--|---------------------|-----------------------|---------------|---------------------------------|--|
|          |  |                     | по плану              | по фак-<br>ту |                                 |  |
| 1        | <i>Вводное занятие.</i> Инструктаж по ТБ. Комплексы ОРУ<br>Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения | 1                   | 02.09.2025            |               |                                 |  |
| 2        | Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения  | 1                   | 09.09.2025            |               | Устный опрос                    |  |
| 3        | Движения на развитие координации. Бег и подскоки.  | 1                   | 16.09.2025            |               |                                 |  |
| 4        | Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки, физкультминутки   | 1                   | 23.09.2025            |               |                                 |  |
| 5        | Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки, физкультминутки   | 1                   | 30.09.2025            |               |                                 |  |
| 6        | Разучивание разминки. Тесты, оценивающие эластичность локтевого плеча, сустава, предплечья.                          | 1                   | 07.10.2025            |               | Устный опрос                    |  |
| 7        | Партерная гимнастика   | 1                   | 14.10.2025            |               |                                 |  |



|    |   |   |            |  |         |  |
|----|---|---|------------|--|---------|--|
| 8  | Творческие импровизации   | 1 | 21.10.2025 |  |         |  |
| 9  | Пластика животных и растений  | 1 | 11.11.2025 |  |         |  |
| 10 | Тренировочный танец<br>“Ладшки”. Основные<br>движения, переходы в позиции<br>рук.   | 1 | 18.11.2025 |  |         |  |
| 11 | Тренировочный танец<br>“Ладшки”. Основные<br>движения, переходы в позиции<br>рук.   | 1 | 25.11.2025 |  |         |  |
| 12 | Движения, ход в русском<br>народном танце.  | 1 | 02.12.2025 |  |         |  |
| 13 | Движения, ход в русском<br>народном танце   | 1 | 09.12.2025 |  |         |  |
| 14 | Элементы народной<br>хореографии: кovyрялочка,<br>лесенка, елочка.                  | 1 | 16.12.2025 |  |         |  |
| 15 | Разучивание народных<br>движений  | 1 | 23.12.2025 |  |         |  |
| 16 | Разучивание народных<br>движений  | 1 | 30.12.2025 |  |         |  |
| 17 | Постановка, разучивание и<br>отработка народного танца.                             | 1 | 13.01.2026 |  |         |  |
| 18 | Постановка, разучивание и<br>отработка народного танца.                             | 1 | 20.01.2026 |  | концерт |  |
| 19 | Ритмико-гимнастические<br>упражнения  | 1 | 27.01.2026 |  |         |  |
| 20 | Упражнения на<br>гимнастическом коврике   | 1 | 03.02.2026 |  |         |  |
| 21 | Позиции рук. Основные<br>правила. Танец «Полонез»                                   | 1 | 10.02.2026 |  |         |  |
| 22 | Позиции рук. Основные<br>правила. Танец «Полонез»                                   | 1 | 17.02.2026 |  |         |  |
| 23 | Красота движений. Танец<br>«Полонез», «Вальс цветов»                                | 1 | 24.02.2026 |  |         |  |
| 24 | Танец «Лавата», «Если<br>нравится тебе, то делай так!»                              | 1 | 03.03.2026 |  |         |  |
| 25 | Танец «Лавата», «Если<br>нравится тебе, то делай так!»                              | 1 | 10.03.2026 |  |         |  |
| 26 | Музыкальные игры  | 1 | 17.03.2026 |  |         |  |
| 27 | Упражнения для улучшения<br>гибкости коленных суставов.<br>Диско-танец “Вару-вару”. |   | 24.03.2026 |  |         |  |
| 28 | Упражнения для улучшения<br>гибкости коленных суставов.<br>Диско-танец “Вару-вару”. | 1 | 07.04.2026 |  |         |  |
| 29 | Я – герой сказки. Любимый   | 1 | 14.04.2026 |  |         |  |

|    |  |   |            |  |         |  |
|----|--|---|------------|--|---------|--|
|    | персонаж сказки (имитация под музыку). |   |            |  |         |  |
| 30 | Упражнения на улучшение гибкости.      | 1 | 21.04.2026 |  |         |  |
| 31 | Танец «Фигурный вальс»                 | 1 | 28.04.2026 |  |         |  |
| 32 | Танец «Фигурный вальс»                 | 1 | 05.05.2026 |  |         |  |
| 33 | Урок-смотр знаний                      | 1 | 12.05.2026 |  | Концерт |  |

### 3.3.Календарно-тематическое планирование «Ритмика с элементами физкультуры»

#### Группа №2

Дни занятий: среда

1 год обучения, количество часов в год 34

| № п/п | Название темы занятия   | Кол-во часов | Дата по расписанию |          | Форма аттестации контроля | Примечания (корректировка) |
|-------|---|--------------|--------------------|----------|---------------------------|----------------------------|
|       |   |              | по плану           | по факту |                           |                            |
| 1     | <b>Вводное занятие.</b> Инструктаж по ТБ. Комплексы ОРУ Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения | 1            | 03.09.2025         |          |                           |                            |
| 2     | Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения   | 1            | 10.09.2025         |          | Устный опрос              |                            |
| 3     | Движения на развитие координации. Бег и подскоки.   | 1            | 17.09.2025         |          |                           |                            |
| 4     | Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки, физкультминутки  | 1            | 24.09.2025         |          |                           |                            |
| 5     | Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки, физкультминутки  | 1            | 01.10.2025         |          |                           |                            |
| 6     | Разучивание разминки. Тесты, оценивающие эластичность локтевого плеча, сустава, предплечья.                       | 1            | 08.10.2025         |          | Устный опрос              |                            |
| 7     | Партерная гимнастика  | 1            | 15.10.2025         |          |                           |                            |

|    |   |   |            |  |         |  |
|----|---|---|------------|--|---------|--|
| 8  | Творческие импровизации   | 1 | 15.10.2025 |  |         |  |
| 9  | Пластика животных и растений  | 1 | 22.10.2025 |  |         |  |
| 10 | Тренировочный танец<br>“Ладшки”. Основные<br>движения, переходы в позиции<br>рук.   | 1 | 05.11.2025 |  |         |  |
| 11 | Тренировочный танец<br>“Ладшки”. Основные<br>движения, переходы в позиции<br>рук.   | 1 | 12.11.2025 |  |         |  |
| 12 | Движения, ход в русском<br>народном танце.  | 1 | 19.11.2025 |  |         |  |
| 13 | Движения, ход в русском<br>народном танце   | 1 | 26.11.2025 |  |         |  |
| 14 | Элементы народной<br>хореографии: ковырялочка,<br>лесенка, елочка.                  | 1 | 03.12.2025 |  |         |  |
| 15 | Разучивание народных<br>движений  | 1 | 10.12.2025 |  |         |  |
| 16 | Разучивание народных<br>движений  | 1 | 17.12.2025 |  |         |  |
| 17 | Постановка, разучивание и<br>отработка народного танца.                             | 1 | 24.12.2025 |  |         |  |
| 18 | Постановка, разучивание и<br>отработка народного танца.                             | 1 | 14.01.2026 |  | концерт |  |
| 19 | Ритмико-гимнастические<br>упражнения  | 1 | 21.01.2026 |  |         |  |
| 20 | Упражнения на<br>гимнастическом коврике   | 1 | 28.01.2026 |  |         |  |
| 21 | Позиции рук. Основные<br>правила. Танец «Полонез»                                   | 1 | 04.02.2026 |  |         |  |
| 22 | Позиции рук. Основные<br>правила. Танец «Полонез»                                   | 1 | 11.02.2026 |  |         |  |
| 23 | Красота движений. Танец<br>«Полонез», «Вальс цветов»                                | 1 | 18.02.2026 |  |         |  |
| 24 | Танец «Лавата», «Если<br>нравится тебе, то делай так!»                              | 1 | 25.02.2026 |  |         |  |
| 25 | Танец «Лавата», «Если<br>нравится тебе, то делай так!»                              | 1 | 04.03.2026 |  |         |  |
| 26 | Музыкальные игры  | 1 | 11.03.2026 |  |         |  |
| 27 | Упражнения для улучшения<br>гибкости коленных суставов.<br>Диско-танец “Вару-вару”. |   | 25.03.2026 |  |         |  |
| 28 | Упражнения для улучшения<br>гибкости коленных суставов.<br>Диско-танец “Вару-вару”. | 1 | 08.04.2026 |  |         |  |

|    |  |   |            |  |         |  |
|----|--|---|------------|--|---------|--|
| 29 | Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). | 1 | 15.04.2026 |  |         |  |
| 30 | Упражнения на улучшение гибкости.                                | 1 | 22.04.2026 |  |         |  |
| 31 | Упражнения на улучшение гибкости.                                |   | 29.04.2026 |  |         |  |
| 32 | Танец «Фигурный вальс»   | 1 | 06.05.2026 |  |         |  |
| 33 | Танец «Фигурный вальс»   | 1 | 13.05.2026 |  |         |  |
| 34 | Урок-смотр знаний  | 1 | 20.05.2026 |  | Концерт |  |

### 3.4. Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика с элементами физкультуры»

[illegible]

## 3.5. План воспитательной работы

| № п/п | Наименование мероприятия  | Цель                                      | Сроки    | Место проведения             |
|-------|---|---|----------|------------------------------|
| 1.    | День открытых дверей  | Комплектование                            | Сентябрь | Спортзал                     |
| 2.    | Мониторинг развития воспитанников по дополнительному образованию спортивной направленности      | Изучение уровня развития воспитанников    | Сентябрь | Спортзал<br>Школьный стадион |
| 3.    | Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников, посещавших спортивные секции ранее) | Индивидуальное развитие                   | Октябрь  | Спортзал<br>Школьный стадион |
| 4.    | Экскурсия команды на стадион с. Русаковка   | Сдружить коллектив                        | Ноябрь   | Стадион<br>с. Русаковка      |
| 5.    | Индивидуальная работа с воспитанниками, находящимися в трудной жизненной ситуации               | Помощь в адаптации                        | Ноябрь   | Спортзал<br>Школьный стадион |
| 6.    | Разучивание спортивной песни  | Развитие творческих способностей          | Декабрь  | Спортзал                     |
| 7.    | Вечер «Новогодняя викторина»  | Мониторинг полученных знаний              | Январь   | Спортзал                     |
| 8.    | Индивидуальная работа с «трудными» подростками.   | Помощь в преодолении трудностей в общении | Январь   | Спортзал<br>Территория школы |
| 9.    | Танец ко дню Защитника Отечества.   | Патриотическое воспитание                 | Февраль  | Актный зал                   |
| 10.   | Поздравления к Женскому Дню 8-Марта.  | Воспитание любви к матери                 | Март     | Спортивный зал               |
| 11.   | Театральная постановка к 9 мая  | Патриотическое воспитание                 | Май      | Концертный зал               |