

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5

РАССМОТРЕНА
на заседании педагогического
совета

от «17» апреля 2024 г.
Протокол № 10

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №5
 Н.Ю. Петкова
«29» марта 2024 г.
Приказ № Ш5-14-349/4

АДАптированная
дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Ритмика»

Срок реализации: 9 месяцев
Возраст обучающихся: 8-10 лет
Автор-составитель программы:
Акзянова Ольга Михайловна,
руководитель
дополнительного образования

г. Сургут, 2024

АННОТАЦИЯ

Адаптированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика» физкультурно-спортивной направленности является модифицированной и составлена на основе АООП ГБОУ школы-интерната ст. Спокойной. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VII вида подготовительный класс, 1—4 классы» под редакцией В. В. Воронковой — Москва «Просвещение», 2010 год. с изменением и учётом особенности возраста и уровня подготовки детей.

Программа рассчитана на учащихся 8-10 лет, срок реализации 9 месяцев, объем программы 37 часов.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. В процессе обучения, учащиеся научатся слушать и понимать музыку, выполнять ритмичные движения, познакомятся с общеразвивающими упражнениями, а также упражнениями для расслабления мышц и координации движений.

Формы проведения занятий: теоретические и практические, групповые и индивидуальные. Занятия проводятся в виде игр под музыку, просмотр обучающимися видеороликов, выполнение танцевальных движений, инсценирование песен, сказок, стихотворений.

В процессе реализации программы «Ритмика» у учащихся развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

**ПАСПОРТ АДАптиРОВАННОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ**

Название программы	АДОП «Ритмика»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Уровень программы	Стартовый
ФИО автора (составителя) программы	Акзянова Ольга Михайловна, руководитель дополнительного образования
Год разработки или модификации	2024 г.
Где, когда и кем утверждена программа	Утверждена приказом директора МБОУ СОШ №5 от 29.03.2024 г. № Ш5-14-349/4
Информация и наличии рецензии/экспертного заключения	Рецензия отсутствует.
Цель:	развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки и коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности.
Задачи:	<p style="text-align: center;">Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развить двигательные и положительные психомоторные качества; • развивать общую моторику, координацию движений; • развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; • развивать эстетический вкус к музыке, культуру поведения и общения; • развивать эмоциональную отзывчивость. <p style="text-align: center;">Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сформировать представления об особенностях танцев разных видов; • научить двигаться под музыку в соответствии со средствами музыкальной выразительности, самостоятельно менять движения; • научить вежливо общаться со сверстниками, <p style="text-align: center;">Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сформировать навыки здорового образа жизни; • воспитывать волевые и нравственные качества при подготовке и участии в публичных выступлениях; • воспитывать чувство ответственности за поставленные цели при работе в коллективе; • создать условия для проявления и максимального развития индивидуальных способностей.

<p>Планируемые результаты освоения программы</p>	<p>В результате освоения адаптированной программы дополнительного образования «Ритмика» учащиеся должны:</p> <p><u>Знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ правила техники безопасности при занятиях танцами; ▪ особенности танцев разных видов; ▪ общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства; ▪ основы о здоровом образе жизни и личной гигиене. <p><u>Уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ слушать и понимать музыку; ▪ выполнять ритмичные движения под музыку; ▪ вежливо общаться со сверстниками и слушать педагога; ▪ выполнять движения на расслабление мышц, координацию движений и ориентировке в пространстве;
<p>Срок реализации программы</p>	<p>9 месяцев</p>
<p>Количество часов в неделю/год</p>	<p>1 академический час в неделю/ 37ч. в год.</p>
<p>Возраст обучающихся</p>	<p>8-10 лет</p>
<p>Формы занятий</p>	<p>Практические и теоретические занятия, групповые и индивидуальные. Просмотр видеоматериалов, бесед, игр под музыку, выполнение танцевальных упражнений, инсценирование произведений.</p>
<p>Методическое обеспечение</p>	<p>Адаптированная программа «Ритмика», дидактические материалы, наглядные пособия, видеоматериалы.</p>
<p>Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)</p>	<p>Спортивный зал, актовый зал, сцена, гимнастические маты, ноутбук, интерактивная доска, колонки.</p>

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) адаптированная программа «Ритмика» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/).

2. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» (https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_413581/).

3. Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/>).

4. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/>).

5. А также другими Федеральными законами, иными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъектов РФ (Ханты-Мансийского автономного округа-Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ СОШ № 5: Приказ от 31.05.2023 г. № Ш5-13-760/3 «Об организации дополнительного образования в МБОУ СОШ №5 на 2023-2024 учебный год».

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Актуальность программы: «Ритмика» является необходимой, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корректируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании системы произвольной регуляции: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты (последовательность движений). Улучшается также ориентировка в пространстве. Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус. Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава учащихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей.

Новизна программы состоит в том, что в ней последовательно решаются задачи по коррекции недостатков двигательных, эмоционально-волевых и познавательных навыков, а также сохранению и укреплению физического здоровья учащихся с ОВЗ.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения программы: стартовый.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что начинать занятия можно с любого периода, учитывая индивидуальные особенности детей с ОВЗ. Использовать адаптированную программу «Ритмика» можно и в разных возрастных группах, меняя дозировку, нагрузку, подбирая упражнения и игры с учетом психофизиологических особенностей детей. При планировании и проведении занятий должны быть учтены особенности организма учащихся, их пониженные функциональные возможности, замедленность адаптации к физическим нагрузкам.

Адресат программы: программа предназначена для обучения детей в возрасте 8-10 лет.

Количество обучающихся в группе: 12 человек.

Срок освоения программы: 9 месяцев.

Объем программы: 37 часов.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Цель: развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки и коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи программы:

Развивающие:

- развить двигательные и положительные психомоторные качества;
- развивать общую моторику, координацию движений;
- развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- развивать эстетический вкус к музыке, культуру поведения и общения;
- развивать эмоциональную отзывчивость.

Обучающие:

- сформировать представления об особенностях танцев разных видов;
- научить двигаться под музыку в соответствии со средствами музыкальной выразительности, самостоятельно менять движения;
- научить вежливо общаться со сверстниками,

Воспитательные:

- сформировать навыки здорового образа жизни;
- воспитывать волевые и нравственные качества при подготовке и участии в публичных выступлениях;
- воспитывать чувство ответственности за поставленные цели при работе в коллективе;
- создать условия для проявления и максимального развития индивидуальных способностей.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения.	1	1	-	Беседа, показ видеороликов
2	Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве	5	1	4	
2.1.	Тема 1. Правильное исходное положение	1	1		Беседа, показ видеороликов
2.2.	Тема 2. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка	1		1	Анализ выполнения упражнений
2.3.	Тема 3. Перестроение в круг из шеренги, цепочки	1		1	Анализ выполнения упражнений
2.4.	Тема 4. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга	1		1	Анализ выполнения упражнений
2.5.	Тема 5. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы	1		1	Анализ выполнения упражнений
3	Раздел 3. Общеразвивающие упражнения	7		7	
3.1.	Тема 1. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»)	1		1	Анализ выполнения упражнений
3.2.	Тема 2. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты)	1		1	Анализ выполнения упражнений
3.3.	Тема 3. Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку)	1		1	Анализ выполнения упражнений
3.4.	Тема 4. Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч)	1		1	Анализ выполнения упражнений
3.5.	Тема 5. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы	1		1	Анализ выполнения упражнений

3.6.	Тема 6. Упражнения на выработку осанки	1		1	Анализ выполнения упражнений
3.7.	Тема 7. Повторение	1		1	Контроль выполнения упражнений
4	Раздел 4. Упражнения на координацию движений	4		4	
4.1.	Тема 1. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх	1		1	Анализ выполнения упражнений
4.2.	Тема 2. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т.д.	1		1	Анализ выполнения упражнений
4.3.	Тема 3. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом	1		1	Анализ выполнения упражнений
4.4.	Тема 4. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков	1		1	Анализ выполнения упражнений
5	Раздел 5. Упражнение на расслабление мышц	3		3	
5.1.	Тема 1. Имитация отряхивания воды с пальцев	1		1	Анализ выполнения упражнений
5.2.	Тема 2. Свободное круговое движение рук	1		1	Анализ выполнения упражнений
5.3.	Тема 3. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)	1		1	Анализ выполнения упражнений
	Раздел 6. Игры под музыку	5		5	
6.1.	Игра: "Ручеек."	1		1	Анализ выполнения упражнений
6.2.	Игра: "Царство ледяных фигур".	1		1	Анализ выполнения упражнений
6.3.	Игра: "Подвижная цель".	1		1	Анализ выполнения упражнений
6.4.	Танцевальная игра "Музыка и я".	1		1	Анализ выполнения упражнений

	Игра «Танцевальный ритм».	1		1	Анализ выполнения упражнений
7	Раздел 7. Танцевальные упражнения.	12		12	
7.1.	Этюд «Русская пляска».	3		3	Анализ выполнения упражнений
7.2.	Этюд «Сургутские юнги».	3		3	Анализ выполнения упражнений
7.3.	Игровой этюд «Танцевальный десант».	3		3	Анализ выполнения упражнений
7.4.	Танцевальная мозаика. Отработка номеров.	2		2	Отбор номеров
7.5.	Итоговая аттестация	1		1	Отчетный концерт
Итого:		37	2	35	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения (1 ч.)

Теория: Проведение инструктажа по технике безопасности, беседа о правилах поведения в спец кабинетах, в актовом зале при занятиях танцами.

Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве (5 ч.)

Теория: Беседа об ориентирование в пространстве, знакомство ребят с упражнениями.

Практика: Содержание этого раздела составляют упражнения помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка. Построение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Раздел 3. Общеразвивающие упражнения (7 ч.)

Практика: Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. Также в раздел входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений – научить обучающихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Раздел 4. Упражнения на координацию движений (4 ч.)

Практика: Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Раздел 5. Упражнение на расслабление мышц (3 ч.)

Практика: Упражнения на расслабление и снятие напряжения, являясь частью общей коррекционной работы, снимают характерное для детей с ограниченными возможностями здоровья, чрезмерное мышечное и эмоциональное напряжение и воздействуют успокаивающе, а это, является главным условием для формирования естественной речи и правильных телодвижений.

Раздел 6. Игры под музыку (5 ч.)

Практика: Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача выполнения ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий танцевальный бег сменяется стремительным спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

Раздел 7. Танцевальные упражнения (12 ч.)

Практика: Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев. Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек – движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Планируемые результаты освоения программы

По окончании изучения программы каждый учащийся должен:

Знать:

- правила техники безопасности при занятиях танцами;
- особенности танцев разных видов;
- общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;
- основы о здоровом образе жизни и личной гигиене.

Уметь:

- слушать и понимать музыку;
- выполнять ритмичные движения под музыку;
- вежливо общаться со сверстниками и слушать педагога;
- выполнять движения на расслабление мышц, координацию движений и ориентировке в пространстве;

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Количество учебных недель: 37

Количество учебных дней: 222

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 01.09.2024 – 31.12.2024 г.

2 полугодие – 08.01.2025 – 24.05.2025 г.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма Контроля
1.	Сентябрь			Теория	1	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения.	Каб. 19	Беседа, показ видеороликов
2.	Сентябрь			Теория	1	Правильное исходное положение	Актальный зал	Беседа, показ видеороликов
3.	Сентябрь			Практика	1	Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
4.	Сентябрь			Практика	1	Перестроение в круг из шеренги, цепочки	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
5.	Октябрь			Практика	1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
6.	Октябрь			Практика	1	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
7.	Октябрь			Практика	1	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»)	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений

8.	Октябрь			Практика	1	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты)	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
9.	Ноябрь			Практика	1	Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку)	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
10.	Ноябрь			Практика	1	Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч)	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
11.	Ноябрь			Практика	1	Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
12.	Ноябрь			Практика	1	Упражнения на выработку осанки	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
13.	Декабрь			Практика	1	Повторение	Актальный зал	Контроль выполнения упражнений
14.	Декабрь			Практика	1	Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки —	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений

						вперед, левой — вверх		
15.	Декабрь			Практика	1	Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т.д.	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
16.	Декабрь			Практика	1	Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
17.	Январь			Практика	1	Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
18.	Январь			Практика	1	Имитация отряхивания воды с пальцев	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
19.	Январь			Практика	1	Свободное круговое движение рук	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
20.	Январь			Практика	1	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений
21.	Февраль			Практика	1	Игра: "Ручеек."	Спортивный зал	Анализ выполнения упражнений
22.	Февраль			Практика	1	Игра: "Царство ледяных фигур".	Спортивный зал	Анализ выполнения упражнений
23.	Февраль			Практика	1	Игра: "Подвижная цель".	Спортивный зал	Анализ выполнения упражнений
24.	Февраль			Практика	1	Танцевальная игра "Музыка и я".	Спортивный зал	Анализ выполнения упражнений

25.	Март			Практика	1	Игра «Танцевальный ритм».	Спортивный зал	Анализ выполнения упражнений	
26.	Март			Практика	3	Этюд «Русская пляска».	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений	
27.	Апрель			Практика	3	Этюд «Сургутские юнги».	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений	
28.	Апрель, май			Практика	3	Игровой этюд «Танцевальный десант».	Актальный зал	Анализ выполнения упражнений	
29.	Май			Практика	2	Танцевальная мозаика. Отработка номеров.	Актальный зал	Отбор номеров	
30.	Май			Практика	1	Итоговая аттестация	Актальный зал	Отчетный концерт	
Итого:					37 часов				

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

- наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 12 человек и отвечающего правилам СанПин;
- наличие ученических столов, стульев, соответствующие возрастным особенностям обучающихся;
- наличие актового зала с сценой;
- наличие спортивного зала.

Методическое обеспечение:

В процессе обучения применяются различные методики и принципы.

Данная программа предусматривает использование следующих методов обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, просмотр видеоматериалов с выступлениями)
- практический (воспроизведение упражнений, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- индивидуальный подход к каждому ребенку с учетом его способностей, возрастных особенностей.

Принципы обучения:

- Систематичность - занятия ритмикой должны проводиться регулярно, в определенной системе, потому что регулярные занятия дают больший оздоровительный эффект, чем эпизодические;
- Доступность - физическая нагрузка на занятиях должна быть доступна детям и соответствовать уровням подготовленности;
- Активность - так как основной формой деятельности школьников является игра, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений, благодаря использованию которых, процессе обучения стал разнообразным и интересным для детей;
- Наглядность- для успешного прохождения процесса обучения, объяснение должно сопровождаться показом упражнений, а также на занятиях ритмикой необходимо использовать наглядные пособия;
- Последовательность и постепенность - во время обучения детей ритмикой простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений.

Материально-техническое обеспечение программы:

Для успешной реализации программы «Ритмика» необходимо следующее:

1. Спортивный зал – 1 шт. на 1 группу;
2. Актальный зал – 1 шт. на 1 группу;
3. Сцена – 1 шт. на 1 группу;
4. Гимнастические маты, - 12 шт. на 1 группу;
5. Ноутбук – 1 шт. на 1 группу;
6. Интерактивная доска – 1 шт. на 1 группу;
7. Колонки – 2 шт. на 1 группу.
8. Скакалка – 12 шт. на 1 группу;
9. Обруч – 12 шт. на 1 группу;
10. Форма для занятий – 12 шт. на 1 группу;

Воспитательный компонент

Воспитательная работа в дополнительном образовании предоставляет детям возможность общения и взаимодействия с другими детьми, что способствует развитию социальных навыков. В объединениях и кружках дети учатся работать в команде, уважать мнение других, решать конфликты и выступать перед публикой.

Дети учатся танцевать, развивая координацию, музыкальный слух, фантазию и творческие способности. Занятия помогают воспитать в детях чувство коллективизма, ответственности. Формируются качества, способствующие самоутверждению личности: самостоятельности и свободы творческого мышления, ассоциативного воображения, индивидуальности восприятия.

Формы промежуточной и итоговой аттестации

Программа предусматривает следующие формы контроля:

текущий контроль (анализ выполнения упражнений) осуществляется педагогом в форме наблюдения, анализа;

итоговый контроль - проводится отчетный концерт, на котором учащиеся показывают какие знания и навыки они приобрели.

Оценочные материалы

Оценочные материалы, формирующие систему оценивания, представлены в приложении.

Формой оценки результатов обучения воспитанника являются результаты, демонстрируемые им при участии в мероприятиях, отчетном концерте.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Издательство «Рольф», 2019.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца, 7-е Издание стер. -Спб: издательство:(Лань), 2022.
3. Климов А. Русский народный танец. М, «Искусство», 2018.
4. Ткаченко Т. Народный танец. М «Искусство», 2019.
5. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. Серия «Мир вашего ребенка». - Ростов - на Дону: издательство «Феникс», 2022.

Для учащихся:

1. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. Серия «Мир вашего ребенка». - Ростов - на Дону: издательство «Феникс», 2022.
2. Детские электронные книги и презентации - <http://viki.rdf.ru/> (10.08.2024 г.)

Интернет-ресурсы:

1. www.dance-city.narod.ru (10.08.2024 г.)
2. www.danceon.ru (10.08.2024 г.)
3. www.mon.gov.ru (15.08.2024 г.)
4. www.tangodance.by (15.08.2024 г.)
5. <http://music.edu.ru/> (15.08.2024 г.)

Диагностика по итогам реализации программы

Ф.И.О. _____

Параметры оценки	Количество баллов	Уровень развития
«Моё тело»		
Техничность		
Танцевальный шаг		
Гибкость тела		
Прыжок		
Координация движений		
Музыкальный слух		
Эмоциональность		
Воображение		
Всего баллов		

Общий уровень развития: _____

Оценка уровня физических данных и творческого развития обучающихся

Высокий уровень – 10 баллов

Средний уровень - 5 баллов

Низкий уровень – 3 балла