

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Госненский районный детско-юношеский центр»

**РАСМОТРЕНА И ПРИНЯТА**  
на заседании Методического совета  
МБОУ ДО «Госненский районный детско-  
юношеский центр»  
Протокол от 22.04.24 № 2

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ ДО «Госненский  
районный детско-юношеский центр»  
В.Н. Сухорукова  
Приказ от 25.07.24 № 1344

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности

**«РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА»**

Возраст обучающихся: 7-15 лет  
Срок реализации: 2 года  
Количество учебных часов: 144 часа

Автор-составитель:  
Вычкина Марина Викторовна,  
методист

Госно  
2024

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Ритмическая мозаика» разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;
- Федерального закона от 24.03.2021 №51-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 30.12.2020 №517-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты Российской Федерации»;
- Федерального закона от 26.05.2021 №144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письма Минпросвещения России от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Постановления 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»;
- Областного закона Ленинградской области от 24.02.2014 № 6-оз «Об образовании в Ленинградской области»;
- Устава Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Тосненский районный детско-юношеский центр».

**Направленность программы –художественная.**

**Уровень освоения- общекультурный.**

Ритмика – музыкально-педагогическая дисциплина, в основе которой лежат идеи начала 20 века выдающегося швейцарского музыканта-педагога, композитора, пианиста и дирижера, профессора Женевской консерватории Эмиля Жака Делькроза. Назначение своей системы Делькроз сформировал так: «Цель ритмики – подвести ее последователей к тому, чтобы они могли сказать к концу своих занятий – не только «Я знаю», сколько «Я ощущаю», и, прежде всего, создавать у них непреодолимое желание выражать себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения. Ученик Делькроза С. Волконский: «Ритмика воспитывает те невидимые способности, которые управляют взаимодействием духа и тела, которые помогают нам проявлять во внешности то, что внутри нас».

Занятия ритмикой влияют на самочувствие и настроение обучающихся, исправляют недостатки физического и психического характера, способствуют формированию положительных качеств личности. Дети активны на занятиях, проявляют инициативу и

находчивость при выборе форм движения, поставлены перед необходимостью совместной, коллективной деятельности с ее важнейшими воспитывающими функциями. Ритмические упражнения позволяют развивать правильные моторные привычки, укреплять память, устойчивость, сосредоточенность и распределение внимания, стимулируют творческую фантазию. Всем трудовым процессам также присущ определенный ритм. Человек, находящий правильный ритм своего действия, затрачивает только нужное количество энергии и трудовой процесс протекает свободно, успешно и вызывает чувство удовлетворенности.

**Актуальность** данной программы заключается в содержании материала, способного пробудить интерес ребенка к активной деятельности, что необходимо для подрастающего поколения в постоянно изменяющемся, непредсказуемом, а порой и агрессивном мире. Игровая ритмика является эффективным инструментом развития физической активности и внутреннего мира ребенка, раскрытия его творческого потенциала, способом эмоционального самовыражения. На занятиях по ритмике резкие динамические контрасты в музыке помогают обучающимся двигаться энергичнее, активнее, преодолевать вялость мышц. Излишняя напряженность снимается упражнениями, сопровождаемыми плавной, протяжной музыкой. Вялость мышечного тонуса или, наоборот, неестественная его напряженность, плохая координация, неловкость движений со временем нормализуются благодаря системе музыкально-ритмических упражнений.

**Педагогическая целесообразность** заключается в правильно подобранных методах, формах и средствах образовательной деятельности.

Методы обучения – проведение занятий по программе курса предполагает использование широкого спектра методических средств. По формам обучения на каждом занятии предусматривается теоретическая и практическая часть, участие в играх, выполнение упражнений и заданий по программе курса.

Педагогические технологии:

- Технология группового обучения.
- Технология коллективного взаимообучения.
- Технология игровой деятельности.
- Здоровьесберегающая технология.

**Цель** дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Ритмическая мозаика»:

Творческое и игровое развитие личностного потенциала ребенка через организацию занятий ритмикой.

**Задачи:**

1. Воспитательные

- Воспитание стремления к укреплению физического здоровья и чувство бережного отношения к здоровью.
- Воспитание общей культуры.
- Воспитание потребности к самовыражению.

2. Обучающие

- Формировать необходимые двигательные навыки
- Научить детей основам ритмики
- Научить выполнять движения в различных темпах

### 3. Развивающие

- Развивать творческую активность и воображение
- Развивать волевые качества.

#### **Отличительные особенности программы.**

Программа модифицированная. При разработке дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Ритмическая мозаика» была использована авторская программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области педагога Шершнева Виктор Григорьевич «От ритмики к танцу» изданной в 2008 году, «Москва»

Отличительная особенность заключается в том, что ведущей идеей занятий ритмикой является формирование у детей общей культуры, развитие их личностных качеств (физических, интеллектуальных), а также сохранение и укрепление здоровья.

Программа «Ритмическая мозаика» сочетает в себе систематическое обучение и развитие детей с творческим и игровым подходом. Игра служит не вспомогательным средством, но определяет сам характер учебного процесса. Она содержится в каждом из моментов совместной деятельности взрослого и ребенка. Для занятий данной программы характерно:

- импровизационно-игровой характер развертывания самого занятия;
- игровой характер проведения каждого из участников занятия;
- импровизационно-игровые учебные действия детей;
- импровизационно-игровой характер учебного материала;
- игровой способ действий педагога.

#### **Адресат программы**

Программа предназначена для детей 7 – 15 лет.

*Условия набора* детей в коллективы: принимаются все желающие

Группы формируются по возрастам. Минимальный возраст для зачисления на обучение -8 лет.

#### **Объем и срок реализации программы**

***Срок реализации программы:*** 2 года.

Наполняемость учебной группы: 15 человек.

Форма обучения: очная.

При введении ограничений в связи с эпидемиологическими мероприятиями и изменением санитарных норм возможно деление группы на подгруппы по 5-8 человек и реализация содержания программы с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. В каникулярное время допускается изменение форм и места проведения занятий с разрешения администрации Учреждения.

***Режим занятий:*** занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа или 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Продолжительность 1 академического часа – 45 минут, между занятиями проводятся динамические паузы – 10 минут. Общее количество часов по программе 144 часа. Первый и второй год обучения -72 часа в год.

Формы организации деятельности детей на занятии:

- групповые
- индивидуально-групповые
- индивидуальные.

Форма проведения занятий: аудиторная.

Формы аудиторных занятий:

- беседа;
- учебное занятие;
- дидактическая игра;
- практическое занятие;
- показ
- выступление.

### **Планируемые результаты**

Результаты:

*Личностные.*

К концу 1 года обучающийся способен:

- Соблюдать правила безопасного образа жизни
- Выполнять общепринятые правила поведения в коллективе.
- Положительно реагировать на красоту вокруг себя.

*Метапредметные:*

К концу 1 года обучающийся способен:

- Выражать свои чувства.
- Проявлять творческую инициативу.

*Предметные*

К концу 1 года обучающийся знает:

- Основные понятия: ритмика, гимнастика, равновесие, координация, ориентация. Гимнастическая ходьба.
- Характер музыкальных движений и его зависимость от темпа; выполнение движений в различных темпах; ритм и его значение в музыке.
- Принципы музыкальной импровизации.

К концу 1 года обучающийся умеет:

- Фиксировать внимание.
- Выполнять разученные ритмические движения.
- Корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога.
- Двигаться в заданном темпо-ритме.

*Личностные.*

К концу 2 года обучающийся способен:

- Выполнять общепринятые правила поведения в коллективе и обществе.
- Преодолевать трудности.
- К проявлению чувства справедливости и ответственности

*Метапредметные:*

К концу 2 года обучающийся способен:

- Анализировать свою деятельность
- Высказывать своё мнение и уважать чужое
- Действовать в соответствии с заданными правилами

*Предметные*

К концу 2 года обучающийся знает:

- Основные движения под музыку. Метроритм.
- Передачу притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.
- Знает текст, музыку и правила 5-6 хороводных игр.

К концу 2 года обучающийся умеет:

- Выполнять общеразвивающие ритмические и имитационные упражнения
- Выполнять основные движения под музыку.
- Самостоятельно провести 5-6 хороводных игр.

### Учебный план 1 года обучения

| Название раздела, темы                               | Количество часов |          |           | Формы контроля     |
|--|------------------|----------|-----------|--------------------|
|  | Всего            | Теория   | Практика  |                    |
| Вводное занятие                                      | 2                | 2        | -         | Беседа, опрос      |
| Раздел 1. Ритмико-гимнастические упражнения          | 18               | 4        | 14        | Наблюдение. Показ. |
| Раздел 2. Импровизация движений на музыкальные темы. | 20               | 2        | 18        | Наблюдение. Показ. |
| Раздел 3. Подвижные музыкальные игры                 | 32               | -        | 32        | Наблюдение. Показ. |
| <b>Итого часов</b>                                   | <b>72</b>        | <b>8</b> | <b>64</b> |                    |

### Учебный план 2 года обучения

| Название раздела, темы                               | Количество часов |          |           | Формы контроля     |
|--|------------------|----------|-----------|--------------------|
|  | Всего            | Теория   | Практика  |                    |
| Вводное занятие                                      | 2                | 2        | -         | Беседа, опрос      |
| Раздел 1. Ритмико-гимнастические упражнения          | 20               | 2        | 18        | Наблюдение. Показ. |
| Раздел 2. Импровизация движений на музыкальные темы. | 18               | 2        | 16        | Наблюдение. Показ. |
| Раздел 3. Подвижные музыкальные игры                 | 32               | -        | 32        | Наблюдение. Показ. |
| <b>Итого часов</b>                                   | <b>72</b>        | <b>6</b> | <b>66</b> |                    |

Утвержден  
приказом от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

### Календарный учебный график на 2023/2025 учебный год

Педагог дополнительного образования:

Наименование дополнительной общеразвивающей программы «Ритмическая мозаика»

| Год обуч | № групп | Дата начала | Дата окончания | Всего учебных | Количество учебных | Количество учебных | Режим занятий |
|----------|---------|-------------|----------------|---------------|--------------------|--------------------|---------------|
|          |         |             |                |               |                    |                    |               |

| ения | пы | обучения по программе | обучения по программе | недель в год | часов всего в год | занятий (дней) |                                       |
|------|----|-----------------------|-----------------------|--------------|-------------------|----------------|---------------------------------------|
| 1    |    | 04.09.2023            | 31.05.2024            | 36           | 72                | 36             | 1раз в неделю по 2 академических часа |
| 2    |    | 02.09.2024            | 30.05.2025            | 36           | 72                | 36             | 1раз в неделю по 2 академических часа |

### Содержание программы на 1 год обучения

#### **Вводное занятие. (2 ч)**

*Теория:* Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Правила пожарной безопасности. Правила личной гигиены. Распорядок внутреннего поведения в учреждении.

#### **Раздел 1. Ритмико-гимнастические упражнения. (18 часов)**

##### **Тема 1. Основные понятия. (2 ч)**

*Теория:* Понятия ритмика, гимнастика, равновесие, координация, ориентация. Гимнастическая ходьба.

*Практика:* Различие в движениях, начало и окончание музыкальных фраз, передача в движении ритмического рисунка

##### **Тема 2. Выполнение наклонов. (2 ч.)**

*Практика:* Выполнение наклонов, выпрямление и круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения плечами (паровозики). Выполнение упражнений на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).

##### **Тема 3. Выполнение поворотов туловища. (2 ч.)**

*Практика:* Выполнение поворотов туловища вправо, влево. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Повороты туловища.

##### **Тема 4. Движения под музыку. (2ч)**

*Теория:* Различный характер музыки. Понятия: сила звучания, темп, динамика. Основные движения под музыку.

*Практика:* Движения с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки, различной силы звучания, различного темпа, строевым или мягким шагом и т.п.

##### **Тема 5. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений. (2 ч)**

*Практика:* Использование ходьбы, бега, прыжков с использованием всего пространства помещения с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг.

##### **Тема 6. Всевозможные сочетания движений рук, ног. (2 ч)**

*Практика:* Всевозможные сочетания движений рук, ног.

##### **Тема 7. Упражнения на координацию движений. (2 ч)**

*Теория:* Движения и упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.

*Практика:* Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку. Четкое и ритмичное выполнение под музыку общеразвивающих упражнений с использованием предметов и без них.

**Тема 8. Упражнения на выработку правильной осанки. (2 ч.)**

*Практика:* Значение правильной осанки. Упражнения для правильной осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем, мячом

**Тема 9. Упражнения на расслабление мышц. (2 ч.)**

*Практика:* Петрушка, имитация распускающегося цветка, имитация увядающего цветка, имитация отряхивания воды с пальцев, маятник.

**Раздел 2. Импровизация движений на музыкальные темы. (20 часов)**

**Тема 1. Импровизация. (2 ч)**

*Теория:* Понятие импровизация. Сильные и слабые доли такта.

*Практика:* Освоение навыков импровизации. Свободное естественное движение под четко ритмически организованную доступную музыку.

**Тема 2. Игры под музыку (2 ч)**

*Практика:* Простейшие подражательные движения под музыку

**Тема 3. Игры под музыку. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Игра «море волнуется».

**Тема 4. Музыкальные движения. (2 ч)**

*Теория:* Характер музыкальных движений и его зависимость от темпа; выполнение движений в различных темпах; ритм и его значение в музыке.

*Практика:* Разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера.

**Тема 5. Музыкальные движения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, для передачи собственного эмоционального музыкального образа.

**Тема 6. Музыкальные движения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Составление этюдов на имитирование движений животных, создание музыкальных образов.

**Тема 7. Музыкальная импровизация движений. (2 ч)**

*Теория:* Принципы музыкальной импровизации.

*Практика:* Подбор с помощью педагога свободных движений под музыку разного характера. Передача различными формами движения (взмахом, прыжком, расслаблением) динамических акцентов музыки,

**Тема 8. Игры с пением. (2 ч)**

*Практика:* Подражательные движения, игры под музыку. Игры с пением, инсценировка доступных песен.

**Тема 9. Упражнения для формирования правильной осанки. (2 ч)**

*Практика:* Упражнения для формирования правильной осанки.

**Тема 10. Упражнения для развития органов дыхания. (2 ч)**

*Практика:* Упражнения для развития органов дыхания.

**Раздел 3. Подвижные музыкальные игры (32 часа)**

**Тема 1. Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. (2 ч)**

*Практика:* «Лавата», «Ходим кругом».



**Тема 2. Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Если нравится тебе», «Третий лишний».

**Тема 3. Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Быстро возьми, быстро положи», «Совушка».

**Тема 4. Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Чье звено скорее соберется?», «Жмурки».

**Тема 5. Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Догони свою пару», «Кот и мыши».

**Тема 6. Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Коршун и наседка», «Краски».

**Тема 7. Игры с прыжками. (2 ч)**

*Практика:* «Лягушки и цапля».

**Тема 8. Игры с прыжками. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Не попадись», «Волк во рву».

**Тема 9. Народные игры. (2 ч)**

*Практика:* «Гуси -лебеди», «Жмурки».

**Тема 10. Народные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Палочка-выручалочка», «Пятнашки».

**Тема 11. Народные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «А мы просо сеяли», «Ручеёк».

**Тема 12. Народные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Перепёлочка», «Ёжики и мыши».

**Тема 13. Народные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Заплетись плетень».

**Тема 14. Игры на развитие ловкости, воображения, фантазии. (2ч)**

*Практика:* «Музыкальная палочка».

**Тема 15. Игры на развитие ловкости, воображения, фантазии. Продолжение. (2ч)**

*Практика:* «Кто быстрее», «Фанты».

**Тема 16. Итоговое занятие. (2 ч)**

*Практика:* Игры, самостоятельно выбранные детьми.

## Содержание программы на 2 год обучения

**Вводное занятие. (2 ч)**

*Теория:* Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Правила пожарной безопасности. Правила личной гигиены. Распорядок внутреннего поведения в учреждении.

### Раздел 1. Ритмико-гимнастические упражнения. (20 часов)

**Тема 1. Основные движения под музыку. ( 2 ч)**

*Теория:* Метроритм.

*Практика:* Выполнение общеразвивающих ритмических упражнений под эмоционально-ритмическую музыку.

**Тема 2. Основные движения под музыку. Продолжение. ( 2 ч)**

*Практика:* Выполнение танцевальных и других упражнений.

**Тема 3. Основные движения под музыку. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Выполнение танцевальных и других упражнений.

**Тема 4. Общеразвивающие ритмические упражнения. (2ч)**

*Практика:* Выполнение упражнений разминки по кругу в разных направлениях.

**Тема 5. Общеразвивающие ритмические упражнения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Выполнение упражнений на одну музыкальную фразу (или музыкальное предложение).

**Тема 6. Общеразвивающие ритмические упражнения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Упражнения: на осанку для мышц шеи.

**Тема 7. Общеразвивающие ритмические упражнения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Упражнения для рук и плечевого пояса.

**Тема 8. Общеразвивающие ритмические упражнения. Продолжение. (2 ч.)**

*Практика:* Упражнения на осанку туловища и ног.

**Тема 9. Общеразвивающие ритмические упражнения. Продолжение. (2 ч.)**

*Практика:* Упражнения: на осанку мышц всего тела.

**Тема 10. Общеразвивающие ритмические упражнения. Продолжение. (2 ч.)**

*Практика:* Прыжково-беговые упражнения.

**Раздел 2. Импровизация движений на музыкальные темы. (18 часов)**

**Тема 1. Сюжетно-образные движения и упражнения. (2 ч)**

*Теория:* Знакомство с системой «Игровой стретчинг» А.И. Константиновой.

*Практика:* Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).

**Тема 2. Движения в музыке. ( 2 ч)**

*Практика:* Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.

**Тема 3. Движения в музыке. Продолжение. ( 2 ч)**

*Практика:* Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.

**Тема 4. Имитационные движения. (2 ч)**

*Практика:* Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).

**Тема 5. Имитационные движения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).

**Тема 6. Имитационные движения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Изображение явлений природы («дождик», «снежинки», «ветер», «ураган», «шторм», «гроза»).

**Тема 7. Имитационные движения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Разминка «Лес» (исполнение «в образе» растений и животных леса «кукушка», «часики», «ёжик», «ромашка» и другие).

**Тема 8. Имитационные движения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Разминка «Лес» (исполнение «в образе» растений и животных леса «кукушка», «часики», «ёжик», «ромашка» и другие).

**Тема 9. Имитационные движения. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* Самостоятельный подбор (на основе изученного материала) движений и составление несложных танцевальных комбинаций.

**Раздел 3. Подвижные музыкальные игры. (32 часа)**

**Тема 1. Игры на развитие артикуляционного аппарата. (2 ч)**

*Практика:* «У жирафа пятна», «У слонов есть складочки», «У котят шерстка», «А у зебры есть полоски».

**Тема 2. Игры на развитие артикуляционного аппарата. (2 ч)**

*Практика:* «Летит по небу самолет», «У оленя дом большой», «Птица Кар».

**Тема 3. Игры на развитие координации. (2 ч)**

*Практика:* «Если нравится тебе», «Танец в кругу», «Подними ладошки», «Смотрим влево, смотрим вправо».

**Тема 4. Игры на развитие координации. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Кто скорее найдет свой кружок», «Заяц и лис».

**Тема 5. Игры на развитие динамического слуха. (2 ч)**

*Практика:* «Найди щенка», «Колобок».

**Тема 6. Игры на развитие эмоций. (2 ч)**

*Практика:* «Мишка и пчелы», «Паучок и мушки», «Белые гуси».

**Тема 7. Музыкально-ритмические и хороводные игры. (2 ч)**

*Практика:* «Коршун и курица», «Бай-бай-качи-качи».

**Тема 8. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Слушай сигнал», «Музыкальная змейка».

**Тема 9. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Гори солнце», «Звонарь».

**Тема 10. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Утка-гусь», «Пройди в воротца».

**Тема 11. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Со вьюном я хожу», «Земля-вода-небо».

**Тема 12. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Золото хороню», «Бояре».

**Тема 13. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Утка шла по бережку», «Вью капусточку».

**Тема 14. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Дударь», «Узелок».

**Тема 15. Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение. (2 ч)**

*Практика:* «Музыкальная змейка», «Со вьюном я хожу».

**Тема 16. Итоговое занятие. (2 ч)**

*Практика:* Игры, самостоятельно выбранные детьми.

Утвержден  
приказом от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_

**Календарно-тематический план**  
На 2023\_/2024 учебный год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности «Ритмическая мозаика»

Группа № \_\_\_\_ \_1\_ год обучения

Расписание:

Педагог дополнительного образования:

| № заны | Тема занятия | Кол-во | Тип занятия | Формы контроля | Дата проведения |
|--------|--------------|--------|-------------|----------------|-----------------|
|--------|--------------|--------|-------------|----------------|-----------------|

| тия |  | часов |                         |                              | план | факт |
|-----|--|-------|-------------------------|------------------------------|------|------|
| 1   | Вводное занятие.                                 | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |
| 2   | Основные понятия                                 | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |
| 3   | Выполнение наклонов                              | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |
| 4   | Выполнение поворотов туловища                    | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 5   | Движения под музыку                              | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 6   | Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |
| 7   | Всевозможные сочетания движений рук, ног         | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 8   | Упражнения на координацию движений               | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |
| 9   | Упражнения на выработку правильной осанки        | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |
| 10  | Упражнения на расслабление мышц                  | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 11  | Импровизация                                     | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 12  | Игры под музыку                                  | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |
| 13  | Игры под музыку. Продолжение.                    | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 14  | Музыкальные движения                             | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 15  | Музыкальные движения. Продолжение                | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 16  | Музыкальные движения. Продолжение                | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 17  | Музыкальная импровизация движений                | 2     | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |      |      |
| 18  | Игры с пением                                    | 2     | Подача нового материала | Беседа, опрос                |      |      |

|    |   |   |                         |                         |  |  |
|----|---|---|-------------------------|-------------------------|--|--|
| 19 | Упражнения для формирования правильной осанки                           | 2 | Подача нового материала | Беседа, опрос           |  |  |
| 20 | Упражнения для развития органов дыхания                                 | 2 | Подача нового материала | Беседа, опрос           |  |  |
| 21 | Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве              | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 22 | Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 23 | Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 24 | Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 25 | Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 26 | Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве. Продолжение | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 27 | Игры с прыжками   | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 28 | Игры с прыжками. Продолжение  | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 29 | Народные игры   | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 30 | Народные игры. Продолжение  | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 31 | Народные игры. Продолжение  | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 32 | Народные игры. Продолжение  | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 33 | Народные игры. Продолжение  | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игры |  |  |

|    |  |   |  |                         |  |  |
|----|--|---|--|-------------------------|--|--|
| 34 | Игры на развитие ловкости, воображения, фантазии               | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 35 | Игры на развитие ловкости, воображения, фантазии. Продолжение. | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игры |  |  |
| 36 | Итоговое занятие   | 2 | Применение полученных знаний и навыков | Самостоятельная работа  |  |  |

Утвержден  
приказом от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

**Календарно-тематический план**  
На 2024\_/2025 учебный год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности «Ритмическая мозаика»

Группа № \_\_\_ \_2\_ год обучения

Расписание:

Педагог дополнительного образования:

| № занятия | Тема занятия  | Кол-во часов | Тип занятия             | Формы контроля               | Дата проведения |      |
|-----------|---|--------------|-------------------------|------------------------------|-----------------|------|
|           |   |              |                         |                              | план            | факт |
| 1         | Вводное занятие.                                      | 2            | Подача нового материала | Беседа, опрос                |                 |      |
| 2         | Основные движения под музыку                          | 2            | Подача нового материала | Беседа, опрос                |                 |      |
| 3         | Основные движения под музыку. Продолжение             | 2            | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |                 |      |
| 4         | Основные движения под музыку. Продолжение             | 2            | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |                 |      |
| 5         | Общеразвивающие ритмические упражнения                | 2            | Подача нового материала | Беседа, опрос                |                 |      |
| 6         | Общеразвивающие ритмические упражнения<br>Продолжение | 2            | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |                 |      |
| 7         | Общеразвивающие ритмические упражнения<br>Продолжение | 2            | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения |                 |      |

|    |   |   |                         |                                |  |  |
|----|---|---|-------------------------|--------------------------------|--|--|
| 8  | Общеразвивающие ритмические упражнения<br>Продолжение | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения   |  |  |
| 9  | Общеразвивающие ритмические упражнения<br>Продолжение | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения   |  |  |
| 10 | Общеразвивающие ритмические упражнения<br>Продолжение | 2 | Комбинированное         | Беседа, наблюдение, упражнения |  |  |
| 11 | Общеразвивающие ритмические упражнения<br>Продолжение | 2 | Комбинированное         | Беседа, наблюдение, упражнения |  |  |
| 12 | Сюжетно-образные движения и упражнения.               | 2 | Подача нового материала | Беседа, опрос                  |  |  |
| 13 | Движения в музыке.                                    | 2 | Подача нового материала | Беседа, опрос                  |  |  |
| 14 | Движения в музыке.<br>Продолжение                     | 2 | Комбинированное         | Беседа, наблюдение, упражнения |  |  |
| 15 | Имитационные движения                                 | 2 | Подача нового материала | Беседа, опрос                  |  |  |
| 16 | Имитационные движения. Продолжение                    | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения   |  |  |
| 17 | Имитационные движения. Продолжение                    | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения   |  |  |
| 18 | Имитационные движения. Продолжение                    | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения   |  |  |
| 19 | Имитационные движения. Продолжение                    | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения   |  |  |
| 20 | Имитационные движения. Продолжение                    | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ упражнения   |  |  |
| 21 | Игры на развитие артикуляционного аппарата.           | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игра        |  |  |
| 22 | Игры на развитие артикуляционного аппарата            | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игра        |  |  |
| 23 | Игры на развитие координации.                         | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игра        |  |  |
| 24 | Игры на развитие координации.<br>Продолжение.         | 2 | Комбинированное         | Наблюдение, показ, игра        |  |  |

|    |   |   |  |                         |  |  |
|----|---|---|--|-------------------------|--|--|
| 25 | Игры на развитие динамического слуха                  | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 26 | Игры на развитие эмоций                               | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 27 | Музыкально-ритмические и хороводные игры.             | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 28 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 29 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 30 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 31 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 32 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 33 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 34 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 35 | Музыкально-ритмические и хороводные игры. Продолжение | 2 | Комбинированное                        | Наблюдение, показ, игра |  |  |
| 36 | Итоговое занятие                                      | 2 | Применение полученных знаний и навыков | Самостоятельная работа  |  |  |

### Оценочные и методические материалы

*Методы отслеживания успешности овладения содержанием программы:*

- Наблюдения.
- Показ движений.
- Выступление.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:



- Текущий контроль (на каждом занятии)
- Промежуточная аттестация (декабрь, май)

*Формы подведения итогов реализации программы:*

- Участие в массовых мероприятиях.
- Грамоты, дипломы, сертификаты, благодарственные письма, подарки.

*Способы определения результативности:*

Эффективность процесса обучения отслеживается в системе различных форм диагностики:

- Текущий контроль (таблица фиксации текущего контроля)
- Промежуточный контроль (диагностики, таблицы мониторинга, таблицы результативности)

*Оценочные материалы*

Диагностические материалы, определяющие достижения обучающимися планируемых результатов и уровень развития личности ребёнка отражены в приложении.

### **Методическое обеспечение**

*Формы занятий.*

Форма обучения: очная.

Форма проведения занятий: аудиторная.

*Форма деятельности обучающихся:* индивидуальные, групповые и фронтальные (коллективные, массовые).

Для успешного освоения программы количество детей в группе не более 15 человек.

Групповая форма - предусматривает разделение группы обучающихся на подгруппы для выполнения определенных одинаковых или различных заданий.

*Основные формы работы:*

1. Мастер – класс.
  2. Репетиция
  3. Учебные занятия
  4. Показ.
  5. Воспитательные формы работы – беседы, проведение совместных праздников.
- Индивидуальная работа с родителями – беседы, консультации, приглашения на выступления.

*Формы и методы работы с воспитанниками по каждому разделу программы.*

Основной формой обучения являются групповые учебные занятия.

Используемые педагогические технологии:

- Технология группового обучения.
- Технология коллективного взаимообучения.
- Технология игровой деятельности.
- Здоровьесберегающая технология.

Ритмические упражнения, импровизации и танцы сопровождаются музыкой. Поэтому на занятиях с детьми работают два педагога – хореограф и музыкант концертмейстер.

В основе обучения, формирования двигательных навыков большое значение имеет соблюдение принципов дидактики, применяемых в комплексе: научности, прочности, систематичности, последовательности, доступности, сознательности и активности, индивидуальности.

Методы обучения: наглядный, словесный и практический.

В наглядном методе это, прежде всего постоянное сочетание наглядно-слухового и наглядно-зрительного приемов. Исполнение музыки каждый раз должно сопровождаться показом. И насколько художественным, ярким будет это сочетание, настолько эффективным будет обучение ритмике.

Исполняя импровизации на музыкальное произведение, необходимо передать смысл. Показ движения нужно заранее хорошо продумать, чтобы развернуть сюжет игры.

В этом случае используется музыкальный аккомпанемент, под который педагог показывает движение. Иногда педагог обращается за помощью к детям, предварительно подготовив их к нужным действиям. Одновременно с показом звучит объяснение.

Словесный метод широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный метод, так и в сочетании с наглядным и практическим методами. Применение его состоит в выборе отдельных приемов и в дозировке их в зависимости от вида деятельности и возраста детей.

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмичного движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, поскоков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами и т.д., а затем уже включать их в игры.

Такое построение занятий облегчает освоение навыка, и ребенок может сосредоточить внимание на образах, настроении музыки и передаче ее в выразительных движениях. Вместе с тем нельзя превращать подготовительные упражнения в тренаж — необходимо облекать их в интересную, занимательную форму, используя для этого игровой метод.

#### **Материально-техническое обеспечение программы:**

Средства обучения –обеспечивают реализацию принципа наглядности и содействуют повышению эффективности учебного процесса, дают обучающимся материал в форме наблюдений и впечатлений для осуществления познавательной и мыслительной деятельности на всех этапах обучения.

Занятия должны проводиться в специальном или приспособленном просторном помещении, отвечающем по санитарно-гигиеническим характеристикам тем требованиям, которые предъявляются к помещениям для подобных занятий. Все занятия проходят с музыкальным сопровождением.

Необходимый инвентарь:

- мяч, шары, флажки;
- шведская стенка;
- музыкальные инструменты (погремушки, дудки, колокольчики, барабаны, металлофоны, бубны, треугольники);
- стулья для отдыха детей и для сидячих упражнений;
- ковер;
- ленты, косынки, обручи, булавы, кегли, скакалки, гимнастические палки.

Дидактический материал:

- фонотека;
- комплекс упражнений;
- видео-ряд.

**ПРОТОКОЛ**  
**результатов промежуточной аттестации обучающихся**  
**20\_\_/20\_\_ учебный год**

Дополнительная общеобразовательная программа «Ритмическая мозаика»  
 ФИО педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя): \_\_\_\_\_  
 № группы: \_\_\_\_\_ Дата проведения: \_\_\_\_\_  
 Форма проведения контроля: \_\_\_\_\_  
 Критерии оценки результатов: по баллам

**Результаты промежуточной аттестации**

| №<br>п/п | Фамилия, имя<br>обучающегося | Критерии и параметры оценки |                    |                | Сумма<br>баллов | Уровень<br>обученност<br>и |
|----------|------------------------------|-----------------------------|--------------------|----------------|-----------------|----------------------------|
|          |                              | Предметн<br>ые              | Метапредметн<br>ые | Личностн<br>ые |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |
|          |                              |                             |                    |                |                 |                            |

Критерии уровня обученности по сумме баллов:  
 от 20 и более – высокий уровень;  
 от 13 до 19 баллов – средний уровень;  
 до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам промежуточной аттестации  
 - высокий уровень обученности имеют \_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_%)  
 - средний уровень обученности имеют \_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_%)  
 - низкий уровень обученности имеют \_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_%)  
 - отсутствовало \_\_\_\_\_ чел.

Освоили обучение по дополнительной общеобразовательной программе «\_\_\_\_\_»  
 \_\_\_\_\_ обучающихся (\_\_\_\_%).

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 Заведующий отделом \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 Методист \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**ПРОТОКОЛ**  
**результатов итогового контроля обучающихся**  
**20\_\_/20\_\_ учебный год**

Дополнительная общеобразовательная программа «Ритмическая мозаика»  
 ФИО педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя): \_\_\_\_\_  
 № группы: \_\_\_\_\_ Дата проведения: \_\_\_\_\_  
 Форма проведения контроля: \_\_\_\_\_  
 Критерии оценки результатов: по баллам

**Результаты итогового контроля**

| № п/п | Фамилия, имя обучающегося | Критерии и параметры оценки |                |            | Сумма баллов | Уровень обученности |
|-------|---------------------------|-----------------------------|----------------|------------|--------------|---------------------|
|       |                           | Предметные                  | Метапредметные | Личностные |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |
|       |                           |                             |                |            |              |                     |

Критерии уровня обученности по сумме баллов:  
 от 20 и более – высокий уровень;  
 от 13 до 19 баллов – средний уровень;  
 до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам итогового контроля

- высокий уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)
- средний уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)
- низкий уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)
- отсутствовало \_\_\_\_\_ чел.

По результатам итогового контроля \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_% ) обучающихся окончили обучение в полном объеме по дополнительной общеобразовательной программе «\_\_\_\_\_»

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 Заведующий отделом \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 Методист \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Список информационных источников**

1. Детская спортивная медицина. (руководство для врачей) под ред. Проф. С.Б.Тихвинского, проф. С.В.Хрущева, Москва, « Медицина» 1991г.

2. Гимнастика и методика ее преподавания. Учебник для факультета физ. культуры под редакцией проф. Н.К. Меньшикова. С-Петербург изд-во РГПУ им. Герцена 1998г.
3. Педагогика. Под редакцией заслуженного деятеля наук РФ доктора педагогических наук, проф. П.И.Пидкасистого ,Москва Педагогическое общество Россия 1998г
4. Психология. Под ред. доцента психологических наук П.А.Рудина Москва ФИС 1974г
5. Художественная гимнастика. Под редакцией доцента Л.П.Орлова Москва ФИС 1973г.
6. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе. Методическое пособие для учителей начальной школы, педагогов системы дополнительного образования, Москва 2003г.
7. Ступеньки творчества или развивающие игры, 3 –е изд., доп.- Москва: Просвещение, 1991

#### **Список интернет-ресурсов**

1. <http://www.babylib.by.ru/>

