

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 313
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол № 1
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 359 ПУ
от «29» августа 2025 г.
Директор ГБОУ СОШ № 313
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ В.Ю. Морозова

**Рабочая программа
к дополнительной
общеразвивающей программе
«Развивайка»**

модуль «Ритмика »

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Разработчик:
Панова Екатерина Валентиновна,
педагог дополнительного образования

Задачи:

Обучающие:

- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности танцевальных движений и танцев;
- формирование чувства музыкального темпа, размера, восприятия ритмического рисунка;

Развивающие:

- развитие основных видов движений;
- развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений;

Воспитательные:

- формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку.
- развитие произвольности при выполнении движений и действий;
- развитие коммуникативных навыков посредством выполнения совместных действий и движений, танцев.

Содержание программы

Тема 1. Ритмопластика.

Теория: что нам даёт пластика движений под музыку.

Практика: разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 2. Танцевальная азбука.

Теория: знакомство с разновидностями танцев, выучить словесные понятия исполняемых движений.

Практика: разучивание танцевальных движений и шагов.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 3. Театральная игра.

Теория: познакомить с театральными героями.

Практика: учить детей изображать в движении героев.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 4. Разучивание танца.

Теория: познакомить с разновидностями классических танцев. Закрепить словесные понятия исполняемых движений, выучить новые.

Практика: учить композиции танцев: полька, вальс.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 4. Игровой танец.

Теория: познакомить с разновидностями игрового танца.

Практика: учить передавать игровой характер музыки. Воспитывать чёткость движений, манерность.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 5. Музыкально – двигательный этюд.

Теория: показать и отработать движения: притопы, бег с поджатыми ногами, «хлопушка», повороты, «ёлочка» и др.

Практика: уметь выполнять перестроения самостоятельно, точно передавать в движении характер музыки. Красиво и точно выполнять движения под музыку.

Тема 6. Организация мини-концертов.

Практика: представление изученных танцев за год

Форма контроля: контрольное занятие.

Планируемые результаты:

Предметные:

- умение согласовывать движения с музыкой, словом;
- умение выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения;
- умение быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.

Метапредметные:

- умение анализировать, давать самооценку при выполнении ритмических упражнений.
- умение уважать друг друга, иметь желание объединяться для коллективных композиций.
- умение владеть своим телом.

Личностные:

- включение активности в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Календарно-тематический план (Ритмика)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Разминка	1	07.10.25
2	Разминка	1	14.10.25

3	Упражнения на развитие ориентировки в пространстве.	1	21.10.25
4	Упражнения на развитие ориентировки в пространстве.	1	28.10.25
5	Упражнения на развитие ориентировки в пространстве.	1	11.11.25
6	Знакомство с разновидностями танцев	1	18.11. 25
7	Словесные понятия исполняемых движений.	1	25.11. 25
8	Разучивание танцевальных движений и шагов.	1	02.12. 25
9	Разучивание танцевальных движений и шагов.	1	09.12. 25
10	Разучивание танцевальных движений и шагов.	1	16.12. 25
11	Знакомство с театральными героями	1	23.12. 25
12	Движения героев (мимика, жесты, движения)	1	13.01.26
13	Движения героев (мимика, жесты, движения)	1	20.01. 26
14	Движения героев (мимика, жесты, движения)	1	27.01. 26
15	Знакомство с разновидностями классических танцев	1	03.02. 26
16	Разучивание 2 композиции польки	1	10.02. 26
17	Разучивание 2 композиции вальса	1	17.02. 26
18	Закрепление композиций польки и вальса	1	24.02. 26
19	познакомить с разновидностями игрового танца.	1	03.03. 26
20	Игровой характер музыки	1	10.03. 26
21	Игровой характер танца	1	17.03. 26
22	Чёткость движений, манерность.	1	24.03. 26
23	Показ движений: притопы, бег с поджатыми ногами, «хлопушка», повороты, «ёлочка»	1	31.03. 26
24	Отработка движения: притопы	1	07.04. 26
25	Отработка движения: бег с поджатыми ногами	1	14.04. 26
26	Отработка движения: «хлопушка»	1	21.04. 26
27	Отработка движения: повороты и «ёлочка»	1	28.04. 26
28	Организация мини-концертов	1	05.05. 26
29	Организация мини-концертов	1	12.05. 26
30	Организация мини-концертов	1	19.05. 26
31	Организация мини-концертов	1	26.05. 26
32	Организация мини-концертов	1	28.05. 26
	Всего	32 часов	

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы подведения итогов:

Проведение педагогической диагностики (*мониторинг*) развития ребенка необходимо для:

1. выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы
2. проектирования индивидуальной работы;
3. оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе промежуточной диагностики (*2 раза в начале и в конце учебного года*) оцениваю проявления детей, условно ориентируясь на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия.)

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития в соответствии с 5-балльной системой.

Музыкальность — способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (*в процессе самостоятельного исполнения — без показа педагога*).

5 баллов — движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами;

2 – 4 балла — передают только общий характер, темп и метроритм;

0 - 1 балл — движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого

Критерии оценки:

Эмоциональность. Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т. д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что — то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки, У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (*Э-1, Э—5*). Поэтому, какое место ребенок занимает в зале (*если предлагается встать на любое место*) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление экстраверсии или интроверсии. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно,

то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта. При сопоставлении этих наблюдений с другими проявлениями детей педагог может делать важные выводы о внутреннем мире ребенка (благополучии или наличии тревожности в эмоциональном фоне, о его состоянии на данный момент по типичности или не типичности поведения и т. д.) Можно условно оценить проявление данных характерологических особенностей детей: зрительно разделить пространство зала на 5 зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок на занятии. Примечание: при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе.

Творческие проявления. Умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные “па”. Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выразить свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Внимание. Способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию (младшие дети — 1-го уровня сложности, старшие — 2-го и 3-го уровня сложности) от начала до конца самостоятельно — это высокий уровень, оценка — 5 баллов. Если выполняет с некоторыми подсказками, то от 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания — оценка 0-1 балл.

Память. Способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти — оценка 5 баллов. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (*более 10 раз*) оценивается в 2-0 баллов.

Подвижность. Лабильность нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон — это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т. д. Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность.

Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (*перескакивание, торопливость*) отмечаются как повышенная возбудимость. Оценки выставляются следующим образом: 'Ч — норма (5 баллов); В (возбудимость, 3 (*заторможенность*) — от 1 до 4 баллов (В-1, В-2, 3-1, 3-2 и т. д. — в зависимости от степени выраженности данного качества).

Координация, ловкость движений. Точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (*в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях*); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (*а также и в других общеразвивающих видах движений*). У детей 4-го года жизни оценивается правильное и точное исполнение **ритмических** композиций 1-го уровня сложности; 5-6 года жизни — 2-го уровня сложности; 7-го года жизни — 2-го и 3-го уровня сложности; для оценки 8-9-летних детей предлагается исполнить композиции 3-го уровня сложности (*в быстром и медленном темпе*).

Гибкость, пластичность. Мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения (*«рыбка» и др.* — от 1 до 5 баллов). В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Принципы и методы обучения

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка

Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки малыша.

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

Принцип систематичности – один из ведущих. Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. Ребенок должен знать, что каждое занятие обязательно, что пропускать можно только из – за болезни или если в семье какое-то непредвиденное событие. В процессе занятий у него должно выработаться понимание того, что любое дело нужно выполнять добросовестно и доводить до конца.

Привычка бросать начатое на полдороги вообще свойственна детям. Некоторая рассредоточенность и склонность хвататься за новые занятия, не доводя до конца прежние дела, в дальнейшем обернутся несобранностью, которая будет мешать полноценной деятельности взрослого человека. Систематические занятия, дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

Принцип повторяемости материала занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие – то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

Принцип наглядности в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

При разучивании новых движений наглядность – это безукоризненный практический показ движений педагогом.

Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному.

Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

Организация занятий основами хореографии обеспечивается рядом **методических приемов**, которые вызывают у детей желание творчества.

Воспитатель для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально – двигательного задания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

В начале работы, руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

Музыкальное сопровождение как методический прием. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой.

Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем маленькие исполнители проявляют в танце.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев, песен и др.), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемов, движений, картинок, игрушек и др.). Целесообразно выделить в этом методе несколько важных приемов, которые используются на танцевальных занятиях:

- считывание с губ, которые должны быть ярко выделены;
- использование дактиля – азбука языка глухих;
- жестовая речь;
- прием глобального чтения (*показ табличек*)
- показ педагогом.

Игровой метод. Крупнейший ученый – педагог, доктор медицины П.Ф. Лесгафт еще в конце XIX века разработал теорию и методику подвижных игр. У детей четырех–шести лет игровой рефлекс доминирует, малыш лучше все воспринимает через игру, поэтому игровой метод в обучении так близок к ведущей деятельности дошкольника.

Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся.

Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если по ходу игры преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение воспитанников.

Правильно подобранные методы приводят к тому, что дети с нарушениями слуха занимаются с удовольствием, уходят с занятия счастливыми и с нетерпением ждут новой встречи с музыкой и танцем.

Информационные источники

Список литературы для педагога:

1. Иваницкий А.В., Матов В.В., Иванова О.А., Шарабарова И.Н. «Ритмическая гимнастика на ТВ». Москва «Советский спорт» 1989.
2. Моргунова О.Н., Вареник Е.Н. «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет». «Творческий центр» Москва 2006.

Список литературы для родителей и детей:

- 1.Зарецкая Н.В., Роот З.Я. «Танцы в детском саду». Москва. 2003.
- 2.Фомина Н.А., Зайцева Г.А., Игнатьева Е.Н., Чернякина С.С. «Сказочный театр физической культуры». Издательство «Учитель» Волгоград 2002.

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 313
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол № 1
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕН

Приказ № 359 ПУ
от «29» августа 2025 г.
Директор ГБОУ СОШ №313
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ В.Ю. Морозова

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
01.10. 2025г.	31.05.2026г.	29	29	29	1 раз в неделю по 1 часу