

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГИМНАЗИЯ ИМ. В.А. НАДЬКИНА»

РАССМОТРЕНА
на заседании МО учителей начальной
школы

УТВЕРЖДЕНА
приказом
МОУ «Гимназия им. В.А. Надькина»

_____ протокол № _____

От _____ № _____

РИТМИКА

рабочая программа по предмету
на уровень начального общего образования
внеурочной деятельности по общекультурному направлению

Составитель:

1 класс	Попова С.И.
2 класс	Попова С.И.
3 класс	Попова С.И.

Пояснительная записка

Рабочая программа начального общего образования по ритмике в 1 – 3 классах составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрена решением ФУМО от 02.06.2020 г.), с использованием методических рекомендаций о преподавании учебного предмета «Ритмика». При составлении программы учтены принципы, требования и подходы. Используются: комплексная программа Лисиц И.В. Ритмика. Россия, Санкт - Петербург, 1999., Программа по ритмической пластике для детей младшего школьного возраста Буренина А.И. СПб, 2000.; Ротеро Т.Т., «Музыкально - ритмическое воспитание и художественная гимнастика». Москва, «Просвещение», 1989., Прокопов К., Прокопова В. «Клубные танцы». Москва, АСТ, 2007.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения ритмикой в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью с использованием основных направлений физической и танцевальной культуры в классификации физических упражнений, танцевальных движений. В процессе овладения этой деятельностью формируется костно-мышечная система, укрепляется здоровье, совершенствуются физические и танцевально – ритмические качества, осваиваются необходимые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

В соответствии с ФГОС НОО содержание программы состоит из следующих **компонентов**:

- знания о танцевальной культуре (информационный компонент деятельности);
- способы танцевальной деятельности (операциональный компонент деятельности);
- музыкально – ритмическое и физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности).

Концепция программы основана на следующих **принципах**:

Принцип систематичности и последовательности. Регулярность занятий и систему чередования нагрузок с отдыхом, а также определённую последовательность занятий и взаимосвязь между различными сторонами их содержания. Учебный материал программы разделён на логически завершённые части, теоретическая база знаний подкрепляется практическими навыками. Особое внимание в программе уделяется повторяемости. Повторяются не только отдельные физические упражнения, танцевальные движения, композиции танцев, но и последовательность их в занятиях, что повышает эффективность динамики развития основных музыкально – ритмических и физических качеств младших школьников с учётом их сенситивного периода развития: гибкости, координации, быстроты.

Принципы непрерывности и цикличности. Эти принципы выражают основные закономерности построения занятий в музыкально – ритмическом и физическом воспитании. Они обеспечивают преемственность между занятиями, тесно связаны с принципом

системного чередования нагрузок и отдыха, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает подготовленность обучающегося.

Принцип возрастной адекватности направлений. Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста, что способствует гармоничному формированию двигательных умений и навыков.

Принцип наглядности. В процессе музыкально – ритмического и физического воспитания наглядность играет особенно важную роль, поскольку деятельность обучающихся носит в основном практический характер и имеет одной из своих специальных задач всестороннее развитие органов чувств.

Принцип доступности и индивидуализации. Требование оптимального соответствия задач, средств и методов музыкально – ритмического и физического воспитания возможностям обучающихся. При реализации принципа доступности учитывается готовность обучающихся к освоению материала, выполнению той или иной физической нагрузки и определяется мера доступности задания. Готовность к выполнению заданий зависит от уровня физического и интеллектуального развития.

Принцип осознанности и активности. Осмысленное отношение к выполнению физических упражнений, танцевальных движений и композиции танцев, осознание и последовательность техники выполнения в соответствии с возможностями, обучающиеся учатся самостоятельно и творчески решать двигательные задачи.

Принцип динамичности. Регулярное обновление заданий с общей тенденцией к росту физических нагрузок.

Принцип вариативности. Принцип вариативности программы предполагает многообразие и гибкость используемых в программе форм, средств и методов обучения в зависимости от музыкально – ритмического и физического развития, а так же индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся.

Соблюдение этих принципов позволит обучающимся достичь наиболее эффективных результатов.

В основе программы лежит *системно-деятельностный подход*, целью которого является формирование у обучающихся полного представления о возможностях танцевальной культуры.

Цели и задачи изучения учебного предмета «Ритмика»

Цель: создание условий для раскрытия и реализации своих творческих способностей, на основе формирования и развития танцевальной культуры, постижения духовно-нравственных ценностей и культурных традиций.

Задачи:

- формировать основу знаний: музыкальной грамоты, танцевально - ритмической и двигательной культуры, репертуара детского танца (историко-бытового, народного и характерного), учить импровизировать и творить посредством пластического искусства;
- прививать интерес к танцевальной культуре: познакомить с историей танца, с творчеством талантливых исполнителей танца;
- содействовать гармоничному музыкально - ритмическому развитию: формировать осанку, красивую походку, выразительность движений;

- развивать координационные (точности воспроизведения и ориентации движений в пространстве) и кондиционные (выносливости и гибкости) способностей;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательные отношения к одноклассникам, умение взаимодействовать в процессе общения, уверенность во время исполнения танцевальных композиций.

В процессе освоения программы создаются условия для развития эмоциональной восприимчивости к музыке, внимания, памяти, воображения, наблюдательности. Программа ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических и хореографических данных.

Программа формирует:

Компетенции личностного самосовершенствования:

- владение навыками самоконтроля и самоанализа;
- владение навыками и умениями, связанными с основами безопасных занятий хореографией;
- наличие навыков активной жизненной позиции, направленной на саморазвитие и самореализацию;
- наличие необходимых современному человеку личностных качеств: порядочности, ответственности, работоспособности, коммуникабельности;
- забота о сохранении своего здоровья.

Учебно-познавательные компетенции:

- владение знаниями и умениями, направленными на организацию самооценку учебно-познавательной деятельности;
- владение креативными навыками продуктивной деятельности в области хореографии;
- владение приемами действий в различных ситуациях, в том числе нестандартных;

Ценностно-смысловые компетенции:

- умение выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения;
- способность эффективно применять знания и умения в области хореографии (в упражнениях и танцевальных композициях, в сложившихся жизненных ситуациях).

Информационные компетенции:

- умение добывания знаний, связанных с хореографией как с предметом деятельности, непосредственно с помощью методической литературы, интернета, телепередач.

Предметные компетенции:

- владение определенным багажом знаний в области ритмики и основ хореографии;
- владение основными умениями и навыками, связанными с хореографией как с предметом;
- правильное выполнение основных танцевальных элементов хореографии;

Программа направлена на формирование функциональной грамотности в вопросах здоровья (ЗОЖ), коммуникативной грамотности.

Программы внеурочной деятельности Основной образовательной программы начального общего образования по общекультурному направлению.

Место учебного предмета «Ритмика» в учебном плане

В соответствии с Федеральным базисным учебным планом (ФБГУП) учебный предмет «Ритмика» вводится как организация внеурочной деятельности обучающихся 1 – 3 классов в начальной школе.

Материал программы рассчитан:

1 класс – первый год обучения 33 часа (1 час в неделю)

2 класс – второй год обучения 34 часа (1 час в неделю)

3 класс – третий год обучения 34 часа (1 час в неделю)

Содержание учебного предмета

Первый год обучения

Раздел 1. Теория 4 часа

- 1.1 Что такое «Ритмика»? Роль в образовании детей
- 1.2 Разновидность детского фитнеса
- 1.3 Детский танец
- 1.4 Танцевальный образ

Раздел 2. ОФП 9 часов

Общая разминка. Подготовка мышц тела к выполнению физических упражнений. Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания.

- 2.1 Постановка корпуса. Осанка
- 2.2 Базовые шаги
- 2.3 Базовые движения

Партнерная гимнастика. Освоение техники выполнения упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата.

- 2.4 Постановка корпуса
 - 2.5 Базовые упражнения
- Детская аэробика*
- 2.6 Музыкально – ритмические упражнения
 - 2.7 Танцевальная часть
- Креативная гимнастика*
- 2.8 Освоение техники восстановления дыхания
 - 2.9. Релаксация

Раздел 3. Танец 17 часов

Детский танец

- 3.1 Танцевальная лексика
 - 3.2 Танец «Банана мама»
 - 3.3 Танец «Лесная песенка»
 - 3.4 Танец «Кенгуру»
- Коммуникативный танец*
- 3.5 Танцевальная лексика. Связки
 - 3.6 Танец «Мы маленькие дети»
 - 3.7 Танец «Дружба»
 - 3.8 Зачетное занятие. Промежуточная аттестация.

Парный танец

- 3.9 Танцевальная лексика
- 3.10 Элементы. Связки. Композиция
- 3.11 Танец «Горошинки»
- 3.12 Танец «Барбарика»
- 3.13 Танец «Кошки»
- 3.14 Танец «Друзья»

Сюжетный танец

- 3.15 Элементы. Связки
- 3.16 Композиция танца «Веселый ремонт»
- 3.17 Урок концерт

Раздел 4. Творческие проекты 2 часа

- 4.1 Образ под музыкальное сопровождение
- 4.2 Зачетное занятие. Итоговая аттестация

Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)

- 5.1 «Самолет»
- 5.2 «Фиксики»
- 5.3 «Колесики»

Второй год обучения

Раздел 1. Теория 4 часа

- 1.1 Ритмика как предмет двигательной активности
- 1.2 Нагрузка. Влияние нагрузки на мышцы
- 1.3 Танцевальный образ и движения.
- 1.4 Моделирование связки движений

Раздел 2. ОФП 10 часов

Танцевальная аэробика

- 2.1 Общая разминка
- 2.2 Вводная часть
- 2.3 Аэробная часть
- 2.4 Танцевальная часть
- 2.5 Базовые движения в динамике
- 2.6 Заминка

Партнерная гимнастика

- 2.7 Виды растяжек
- 2.8 Типовые упражнения
- 2.9 Упражнения низкой интенсивности амплитуды движений
- 2.10 Релаксация

Раздел 3. Танец 17 часов

Парный танец

- 3.1 Танцевальная лексика
- 3.2 Танец «Джамбо»
- 3.3 Танец «Летка – Енька»
- 3.4 Танец «Як цок, цок»

Характерный танец

- 3.5 Танцевальная лексика. Связки
- 3.6. Танец «Кантри»
- 3.7 Танец «Полкис»
- 3.8 Зачетное занятие. Промежуточная аттестация

Сюжетный танец

- 3.9 Танцевальная лексика. Связки
- 3.10 Композиция Танца «Перепляс»
- 3.11 Танцевальная лексика. Связки
- 3.12 Композиция Танца «Стиляги»
- 3.13 Танцевальная лексика. Связки
- 3.14 Композиция Танца «Чарльстон»
- 3.15 Урок концерт

Историко-бытовой танец

- 3.16 Элементы. Связки. Композиция
- 3.17 Танец «Русский Лирический». Костюм

Раздел 4. Творческие проекты 3 часа

- 4.1 Танцевальный образ. Движения в музыке
- 4.2 Творческий этюд
- 4.3 Зачетное занятие. Итоговая аттестация

Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)

- 5.1 Танцевальные - игры с ускорением
- 5.2 Танец- игра «Чику - рику»
- 5.3 Танец- игра «Мадагаскар»

Третий год обучения

Раздел 1. Теория 4 часа

- 1.1 Ритмическая гимнастика
- 1.2 Танец. Виды и направления
- 1.3 Классификация танцевальных движений
- 1.4 Творческое самовыражение в танце

Раздел 2. ОФП 10 часов

Ритмическая гимнастика

- 2.1 Типовые упражнения для разминки
- 2.2 Базовые движения и упражнения
- 2.3 Пиковая нагрузка.
- 2.4 Развития силовых способностей
- 2.5 Растяжки. Партерная часть

Суставная гимнастика

- 2.6 Гимнастика для шеи
- 2.7 Гимнастика для рук
- 2.8 Гимнастика для ног
- 2.9 Гимнастика для корпуса
- 2.10 Упражнения в парах с усилением нагрузки

Раздел 3. Танец 17 часов

Эстрадный танец

- 3.1 Танцевальная лексика
- 3.2 Танец «Бьянка танцы»
- 3.3 Танец «Тока тока»
- 3.4 Танец «Твист»

Коммуникативный танец

- 3.5 Танцевальная лексика. Связки
- 3.6 Танец «Шоколадка»

- 3.7 Танец «Арива», «Са си са»
- 3.8 Зачетное занятие. Промежуточная аттестация
Стилизованный танец
- 3.9 Танцевальная лексика
- 3.10 Связки. Композиция
- 3.11 Танец «Богатыри»
- 3.12 Танцевальная лексика
- 3.13 Связки. Композиция
- 3.14 Танец «Фигурный вальс»
- 3.15 Урок концерт
Направление «Боди Перкуссия»
- 3.16 Музыкально – ритмическая лексика
- 3.17 Упражнения в ритме. Баттлы

Раздел 4. Творческие проекты 3 часа

- 4.1 Музыка и образы в танце
- 4.2 Импровизация под музыку
- 4.3 Зачетное занятие. Итоговая аттестация

Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры

Коммуникативные танцы (в конце занятия)

- 5.1 Танец – игра «Дружба это класс»
- 5.2 Танец – игра «Мы танцуем Чику - рику»

Планируемые результаты освоения предмета «Ритмика»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по ритмике.

Личностные результаты

Достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся

Патриотическое воспитание	ценностное отношение к отечественному культурному, историческому и научному наследию, понимание значения танцевальной культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о достижениях деятелей танцевальной культуры на международной и отечественной танцевальной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития, заинтересованность в продвижении
Гражданское воспитание	представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, танцевальных движений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и

	способов их устранения
Духовно-нравственного воспитания	<ul style="list-style-type: none"> - готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков - активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства
Эстетического воспитания	<ul style="list-style-type: none"> - восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства - осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения - понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества - стремление к самовыражению в разных видах искусства
Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия	осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям двигательной культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и танцевальных движений и композиций танцев; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях ритмикой.
Трудового воспитания	<ul style="list-style-type: none"> - установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, гимназии, города, области) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность - интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания - осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого - готовность адаптироваться с в профессиональной среде - уважение к труду и результатам трудовой деятельности - осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей
Экологическое воспитание	<p>экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;</p> <p>экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике</p>
Ценности научного познания	<p>знание истории развития танцевальной культуры в российской культурно-педагогической традиции;</p> <p>познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, музыкально – ритмического и физического развития и совершенствования;</p> <p>познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными доступными техническими средствами информационных технологий;</p> <p>интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности</p>

Первый год обучения:

- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с танцевальной культурой;
- положительное отношение к занятиям музыкально - двигательной деятельностью;
- накопление необходимых знаний

Второй год обучения:

- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности;
- достижение лично значимых результатов в музыкальном и физическом совершенстве;
- раскрытие и реализация своих творческих способностей

Третий год обучения:

- способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- умение использовать ценности танцевальной культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей,
- установка на здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

отражают овладение универсальными учебными действиями, в том числе:

<p>Познавательные универсальные учебные действия</p>	<p>отражающие методы познания окружающего мира:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в танцевальной культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях; - выявлять признаки положительного влияния занятий ритмикой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия; - моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений и танцевальных движений; - устанавливать связь между физическими упражнениями и танцевальными движениями, и их влиянием на развитие физических качеств; - классифицировать виды физических упражнений и танцевальных движений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания и хореографического, по преимущественной целевой направленности их использования, преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей); - приводить примеры и осуществлять демонстрацию упражнений и танцевальных движений, навыков исполнительского мастерства; <p>самостоятельно (или в совместной деятельности) составлять комбинацию упражнений, движений и связок;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха; - овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности иных учебных предметов; - использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций, для эффективного музыкально – ритмического и физического развития; - использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.
<p>Коммуникативные универсальные учебные действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> - отражающие способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использовать правила общения в конкретных учебных и внеучебных ситуациях; самостоятельную организацию практической деятельности в творческой форме; - описывать влияние танцевальной культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека; - строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении физических движений, танцевальных движений, творческих заданий; - организовывать (при содействии взрослого или самостоятельно) выполнение физических упражнений, творческих проектов в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата; - проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь; - продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач выполнения физических упражнений, творческих заданий и игр на занятиях, во внеурочной и внешкольной деятельности; <p>конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.</p>

Регулятивные универсальные учебные действия	<p>отражающие способности обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка):</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать влияние занятий ритмикой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний); - контролировать состояние организма на занятиях по ритмике и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия; - предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни; - проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности; проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе музыкально – ритмической и двигательной деятельности; анализировать свои ошибки; <p>осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.</p>
---	--

Первый год обучения:

Регулятивные УУД:

- учиться совместно с учителем, обнаруживать и формулировать учебную проблему

Познавательные УУД:

- ориентироваться в своей системе знаний и умений: самостоятельно *предполагать*, какую информацию выбрать

Коммуникативные УУД:

- учиться уважительно относиться к позиции другого, пытаться договариваться

Второй год обучения:

Регулятивные УУД:

- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки с помощью учителя;
- в диалоге с учителем учиться вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности выполнения своей работы и работы всех, исходя из имеющихся критериев.

Познавательные УУД:

- *отбирать* необходимый танцевально – ритмический теоретический и практический материал среди предложенного учителем;
- перерабатывать полученную информацию: *сравнивать* и *группировать*, *делать выводы* на основе обобщения знаний

Коммуникативные УУД:

- слушать других, пытаться принимать другую точку зрения, быть готовым изменить свою точку зрения

Третий год обучения:

Регулятивные УУД:

- самостоятельно формулировать цели урока после предварительного обсуждения

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *извлекать* информацию, представленную в разных формах (текст, иллюстрация, видео и др.);

Коммуникативные УУД:

- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им

Предметные результаты

Отражают опыт обучающихся в музыкально – ритмической и двигательной деятельности.

Предметные результаты представлены по годам обучения и отражают сформированность у обучающихся определённых умений.

Первый год обучения:

Умение:

- ориентироваться в понятиях «ритмика» и «партерная гимнастика»;
- формировать базовые представления о физической нагрузке, двигательной деятельности, навыков физического и музыкально-танцевального развития;
- формировать элементарные знания о личной гигиене, влиянии музыкально - ритмических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- овладеть танцевальными движениями;
- развивать психические процессы (память, внимание) в ходе музыкально - двигательной деятельности

Второй год обучения:

Умение:

- ориентироваться в понятиях «хореография», «ритмика» и различать их между собой;
- формировать духовно-нравственные ценности и культурные традиции, музыкально - ритмического воспитания;
- укрепить здоровье, улучшить осанку;
- развивать координацию (точности воспроизведения и ориентации движений в пространстве) и кондиционных (выносливости и гибкости) способностей;
- овладеть танцевальными движениями;
- выполнять эстетически красиво гимнастические, ритмические и танцевальные комбинации

Третий год обучения:

Умение:

- ориентироваться в понятиях «импровизация», «стилизация» и различать их между собой;
- формировать навыки физического и музыкально-танцевального развития, навыки физической нагрузки в двигательной деятельности и релаксации;
- формировать духовно-нравственные ценности и культурные традиции, музыкально - ритмического воспитания.
- развивать координацию (точности воспроизведения и ориентации движений в пространстве) и кондиционных (выносливости и гибкости) способностей;
- овладеть танцевальными движениями в вариациях и связках;
- выполнять эстетически красиво гимнастические, ритмические и танцевальные комбинации;
- отрабатывать танцевальные движения, соблюдая технику безопасности во время занятий

**Тематическое планирование
по рабочей программе «Ритмика» для обучающихся 1 - 3 классов внеурочной деятельности**

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Зачетные работы	Практические основы				
<u>1 класс</u>								
Раздел 1. Теория		4 часа						
1	Что такое «Ритмика»? Роль в образовании детей	1	0	0		1.1, 1.3, 1.12,	Опрос	
2	Разновидности детского фитнеса	1	0	0		1.1, 1.14, 1.15		
3	Детский танец	1	0	0		1.9, 1.12, 1.14		
4	Танцевальный образ	1	0	0		1.1, 1.14, 1.15		
Раздел 2. ОФП		9 часов						
1	Общая разминка	3	0	1		1.3, 3.3, 3.4	Наблюдение, практическое выполнение	
2	Партерная гимнастика	2	0	1		1.3, 1.4, 1.5		
3	Детская аэробика	2	0	1		1.7, 3.3, 3.4		
4	Креативная гимнастика	2	0	1		1.3, 1.4, 1.5, 1.7		
Раздел 3. Танец		17 часов						
1	Детский танец	4	1	3		1.1, 1.2, 1.7	Наблюдение, практическое выполнение	
2	Коммуникативный танец	4	1	3		2.8, 2.7, 3.8		
3	Парный танец	6	1	5		1.7, 1.8, 3.7, 4.7		
4	Сюжетный танец	3	1	2		2.7, 4.7, 5.7		
Раздел 4. Творческие проекты		2 часа						
1	Образ под музыкальное сопровождение	1	0	1		2.2, 3.3, 1.13	Наблюдение, практическое выполнение	
2	Итоговая аттестация	1	1	0		5.12, 2.14, 5.14		
Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)								
<u>2 класс</u>								
Раздел 1. Теория		4 часа						
1	Ритмика как предмет двигательной активности	1	0	0		1.1, 1.3, 1.12,	Опрос, контрольный тест	
2	Нагрузка. Влияние нагрузки на мышцы	1	0	0		1.1, 1.14, 1.15		

3	Танцевальный образ и движения	1	0	0		1.9, 1.12, 1.14			
4	Моделирование связки движений	1	0	0		1.1, 1.14, 1.15			
Раздел 2. ОФП		10 часов							
1	Танцевальная аэробика	6	1	1		1.3, 3.3, 3.4	Опрос, практическое выполнение		
2	Партерная гимнастика	4	1	1		1.3, 1.4, 1.5, 1.7	Опрос, практическое выполнение		
Раздел 3. Танец		17 часов							
1	Парный танец	4	1	3		1.1, 1.2, 1.7	Наблюдение, практическое выполнение		
2	Характерный танец	4	1	3		2.8, 2.7, 3.8			
3	Сюжетный танец	7	1	6		1.7,1.8,3.7, 4.7			
4	Историко-бытовой танец	2	1	1		1.7,2.7,2.9,1.10			
Раздел 4. Творческие проекты		3 часа							
1	Танцевальный образ. Движения в музыке	1	0	1		2.2, 3.3, 1.13	Наблюдение, практическое выполнение		
2	Творческий этюд	1	0	1		5.12,2.14, 5.14			
3	Итоговая аттестация	1	1	0		1.8,2.8,3.8, 1.9			
Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)									
3 класс									
Раздел 1. Теория		4 часа							
1	Ритмическая гимнастика	1	0	0		4.4,1.12,1.5,2.12	Опрос, контрольный тест		
2	Танец. Виды и направления	1	0	0		1.9,1.11,2.12			
3	Классификация танцевальных движений	1	0	0		1.9,1.11,2.12			
4	Творческое самовыражение в танце	1	0	0		1.11,2.12,1.14			
Раздел 2. ОФП		10 часов							
1	Ритмическая гимнастика	5	0	1		1.5, 3.6, 3.5	Наблюдение, практическое выполнение		
2	Суставная гимнастика	5	0	1		1.4, 3.5, 2.4			
Раздел 3. Танец		17 часов							
1	Эстрадный танец	4	1	3		1.1, 1.2, 1.7	Наблюдение, практическое выполнение		
2	Коммуникативный танец	4	1	3		2.8, 2.7, 3.8			
3	Стилизованный танец	6	1	5		1.7,1.8,3.7, 4.7			
4	Направление «Боди Перкуссия»	3	1	2		2.7, 4.7, 5.7			
Раздел 4. Творческие проекты		3 часа							

1	Музыка и образы в танце	1	0	1		2.2, 3.3, 1.13	Наблюдение, практическое выполнение
2	Импровизация под музыку	1	0	1		5.12, 2.14, 5.14	
3	Итоговая аттестация	1	1	0		1.8, 2.8, 3.8, 1.9	
Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)							

**Поурочное планирование
по рабочей программе «Ритмика» для обучающихся 1 - 3 классов внеурочной деятельности**

№	Дата проведения	Часы	Раз дел	Тема занятия	Метапредметные результаты	Виды учебной деятельности
1 класс						
1 четверть 8 часов						
1		1	1	1.1 Что такое «Ритмика»? Роль в образовании детей	1.3, , 2.6, 3.1, 4.1	1.1, 1.3, 1.12,
2		1	2	2.1 Постановка корпуса. Осанка	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 3.3, 3.4
3		1	2	2.2 Базовые шаги	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5
4		1	2	2.3 Базовые движения	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
5		1	3	3.1 Танцевальная лексика	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
6		1	3	3.2 Танец «Банана мама»	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
7		1	3	3.3 Танец «Лесная песенка»	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7, 1.8, 3.7, 4.7
8		1	3	3.4 Танец «Кенгуру»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
2 четверть 8 часов						
9		1	1	1.2 Разновидности детского фитнеса	1.4, 2.4, 3.4, 4.2	1.1, 1.14, 1.15
10		1	2	2.4 Постановка корпуса	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5
11		1	2	2.5 Базовые упражнения	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
12		1	3	3.5 Танцевальная лексика. Связки	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
13		1	3	3.6 Танец «Мы маленькие дети»	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7, 1.8, 3.7, 4.7
14		1	3	3.7 Танец «Дружба»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
15		1	3	3.8 3.9 Зачетное занятие. Промежуточная аттестация	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
16		1	5	5. Коммуникативные танцы, игры		
3 четверть 9 часов						
17		1	1	1.3 Детский танец	1.6, 2.4, 3.4, 4.2	1.9, 1.12, 1.14

18		1	2	2.6 Музыкально – ритмические упражнения	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	3.3, 3.4
19		1	2	2.7 Танцевальная часть	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5
20		1	3	3.9 Танцевальная лексика	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
21		1	3	3.10 Элементы. Связки. Композиция	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
22		1	3	3.11 Танец «Горошинки»	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,2.7,2.9,1.10,
23		1	3	3.12 Танец «Барбарики»	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7, 1.8, 3.7, 4.7
24		1	3	3.13 Танец «Кошки»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
25		1	3	3.14 Танец «Друзья»	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7, 1.8, 3.7, 4.7
4 четверть 8 часов						
26		1	1	1.4 Танцевальный образ	1.6, 2.4, 3.4, 4.2	1.1, 1.14, 1.15
27		1	2	2.8 Освоение техники восстановления дыхания	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
28		1	2	2.9 Релаксация	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
29		1	3	3.15 Танцевальная лексика. Связки	1.4, 2.2,	1.7,2.7,
30		1	3	3.16. Композиция танца «Веселый ремонт»	3.2, 4.2	2.9,1.10,
31		1	3	3.17 Урок концерт	1.5, 2.2, 3.2, 4.2	2.7, 4.7, 5.7
32		1	4	4.1 Образ под музыкальное сопровождение	1.7, 2.5,2.10,3.3,4.2	2.2, 3.3, 1.13
33		1	4	4.2 Зачетное занятие. Итоговая аттестация	1.6, 2.6,2.11,3.4,4.2	5.12, 2.14, 5.14
Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)						
2 класс						
1 четверть 8 часов						
1		1	1	1.1 Ритмика как предмет двигательной активности	1.3, , 2.6, 3.1, 4.1	1.1, 1.3, 1.12,
2		1	2	2.1 Общая разминка	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 3.3, 3.4
3		1	2	2.2 Вводная часть	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5
4		1	2	2.3 Аэробная часть	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
5		1	3	3.1 Танцевальная лексика	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
6		1	3	3.2 Танец «Джамбо»	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
7		1	3	3.3 Танец «Летка – Енька»	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7, 1.8, 3.7, 4.7
8		1	3	3.4 Танец «Як цок, цок»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
2 четверть 8 часов						
9		1	1	1.2 Нагрузка. Влияние нагрузки на мышцы	1.4, 2.4, 3.4, 4.2	1.1, 1.14, 1.15
10		1	2	2.4 Танцевальная часть	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	3.3, 3.4
11		1	2	2.5 Базовые движения в динамике	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5
12		1	2	2.6 Заминка	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
13		1	3	3.5 Танцевальная лексика. Связки	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
14		1	3	3.6. Танец «Кантри»	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7, 1.8, 3.7, 4.7

15		1	3	3.7 Танец «Полкис»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
16		1	3	3.8 Зачетное занятие. Промежуточная аттестация	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
3 четверть 10 часов						
17		1	1	1.3 Танцевальный образ и движения	1.6, 2.4, 3.4, 4.2	1.9, 1.12, 1.14
18		1	2	2.7 Виды растяжек	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	3.3, 3.4
19		1	2	2.8 Типовые упражнения	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5
20		1	3	3.9 Танцевальная лексика. Связки	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,1.8,3.7, 4.7
21		1	3	3.10 Композиция танца «Перепляс»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
22		1	3	3.11 Танцевальная лексика. Связки	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
23		1	3	3.12 Композиция танца «Стиляги»	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,2.7,2.9,1.10,
24		1	3	3.13 Танцевальная лексика. Связки	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,1.8,3.7, 4.7
25		1	3	3.14 Композиция танца «Чарльстон»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
26		1	3	3.15 Урок концерт	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
4 четверть 8 часов						
27		1	1	1.4 Моделирование связки движений	1.6, 2.4, 3.4, 4.2	1.1, 1.14, 1.15
28		1	2	2.9 Упражнения низкой интенсивности амплитуды движений	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
29		1	2	2.10 Релаксация	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.3, 1.4, 1.5, 1.7
30		1	3	3.16 Элементы. Связки. Композиция	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,2.7,2.9,1.10,
31		1	3	3.17 Танец «Русский Лирический». Костюм	1.5, 2.2, 3.2, 4.2	2.7, 4.7, 5.7
32		1	4	4.1 Танцевальный образ. Движения в музыке	1.7,2.5,2.10,3.3,4.2	2.2, 3.3, 1.13
33		1	4	4.2 Творческий этюд	1.6,2.6,2.11,3.4,4.2	5.12,2.14, 5.14
34		1	4	4.3 Зачетное занятие. Итоговая аттестация	1.6, 2.2, 3.2, 4.2	1.8,2.8,3.8, 1.9
Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)						
3 класс						
1 четверть 8 часов						
1		1	1	1.1 Ритмическая гимнастика	1.3, .4,2.6,3.1,4.1	4.4,1.12,1.5,2.12
2		1	2	2.1 Типовые упражнения для разминки	1.1, 2.2, 3.2,	1.5, 3.6, 3.5
3		1	2	2.2 Базовые движения и упражнения	1.2, 2.2, 3.2,	1.4, 3.5, 2.4
4		1	2	2.3 Пиковая нагрузка.	1.3, 2.2, 3.2,	2.5, 3.4, 3.6
5		1	3	3.1 Танцевальная лексика	1.1, 2.2, 3.2,	1.1, 1.2, 1.7
6		1	3	3.2 Танец «Бьянка танцы»	1.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
7		1	3	3.3 Танец «Тока тока»	1.3, 2.2, 3.2,	1.7, 1.8, 3.7, 4.7
8		1	3	3.4 Танец «Твист»	1.1, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7

2 четверть 8 часов						
9		1	1	1.2 Танец. Виды и направления	1.6, 2.4, 3.4, 4.2	1.9,1.11,2.12,1.14
10		1	2	2.4 Развитие силовых способностей	1.4, 2.2, 3.2,	2.3, 5.6, 3.6
11		1	2	2.5 Растяжки. Партерная часть	1.5, 1.6, 2.5,	2.3, 3.4, 1.6
12		1	3	3.5 Танцевальная лексика. Связки	1.2, 2.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
13		1	3	3.6 Танец «Шоколадка»	, 2.2, 3.2, 4.2	1.8, 3.7, 4.7
14		1	3	3.7 Танец «Арива», «Са си са»	1.1, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
15		1	3	3.8 Зачетное занятие. Промежуточная аттестация	1.2, 2.2, 3.2, 4.2	2.8, 2.7, 3.8
16		1	5	5. Коммуникативный танец		
3 четверть 10 часов						
17		1	1	1.3 Классификация танцевальных движений	1.6, 2.4, 3.4, 4.2	1.9,1.11,2.12,1.14
18		1	2	2.6 Гимнастика для шеи	1.1, 2.2, 3.2,	1.5, 3.6, 3.5
19		1	2	2.7 Гимнастика для рук	1.2, 2.2, 3.2,	1.4, 3.5, 2.4
20		1	2	2.8 Гимнастика для ног	2.2, 3.2, 4.2	2.5, 3.4, 3.6
21		1	3	3.9 Танцевальная лексика	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,1.8,3.7, 4.7
22		1	3	3.10 Связки. Композиция	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
23		1	3	3.11 Танец «Богатыри»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
24		1	3	3.12 Танцевальная лексика	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,2.7,2.9,1.10,
25		1	3	3.13 Связки. Композиция	1.3, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,1.8,3.7, 4.7
26		1	3	3.14 Танец «Фигурный вальс»	1.1, 2.2, 3.2, 4.2	1.1, 1.2, 1.7
4 четверть 8 часов						
27		1	1	1.4 Творческое самовыражение в танце	1.6, 2.4, 3.4, 4.2	1.9, 1.12, 1.14
28		1	2	2.9 Гимнастика для корпуса	1.4, 3.2, 4.2	2.3, 5.6, 3.6
29		1	2	2.10 Упражнения в парах с усилением нагрузки	1.6, 2.5, 3.3,	2.3, 3.4, 1.6
30		1	3	3.16 Музыкально – ритмическая лексика	1.4, 2.2, 3.2, 4.2	1.7,2.7,2.9,1.10,
31		1	3	3.17 Упражнения в ритме. Баттлы	1.5, 2.2, 3.2, 4.2	2.7, 4.7, 5.7
32		1	4	4.1 Музыка и образы в танце	1.7, 2.5,2.10,3.3,4.2	2.2, 3.3, 1.13
33		1	4	4.2 Импровизация под музыку	1.6, 2.6,2.11,3.4,4.2	5.12, 2.14, 5.14
34		1	4	4.3 Зачетное занятие. Итоговая аттестация	1.6, 2.2, 3.2, 4.2	1.8, 2.8, 3.8, 1.9
Раздел 5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)						

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Образовательные учебные материалы для ученика

1. Каплунова И., Новоскольцева И. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
2. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.«Са-Фи-Дансе»- танц.-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство, 2006. -352 с.
4. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.

Методические материалы для учителя

5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей младшего школьного возраста. – СПб, 2000. – 220 с.
6. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры. Учебно–методическое пособие. – М.: Аркти, 2005. – 108 с.
7. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в школе. – М.: Линка-пресс, 2006. – 272 с.
8. Савчук О. Школа танцев для детей -СПб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.
9. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
10. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.
11. Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет

1. http://allart.do.am/publ/khoreografija/khoreografija_kak_vid_iskusstva/
2. <http://kinderok.ru/detskij-sad/budni/>;
3. <http://xreferat.ru/47/1204-1-vospitanie-deteiy-iskusstvom-horeografii.html>;
4. <http://otherreferats.allbest.ru/pedagogics/d00001855.html>;
5. <http://www.proshkolu.ru>;
6. <http://nsportal.ru/detskij-sad/raznoe/2013/04/10/statyariol-khoreografii-v-tvorcheskom-razvitii-detey>

Формы отслеживания результатов

Оценка образовательных результатов осуществляется в процессе педагогической диагностики, при этом используется метод наблюдения. Результаты фиксируются в диагностических картах с показателями и критериями оценки

Диагностика - Карта диагностики уровня музыкально- ритмичного, танцевально – двигательного и психомоторного развития. Начальная, промежуточная, итоговая Приложение 1	Зачетное занятие 2 раза в год	Контрольно- измерительные материалы освоения рабочей программы, формирование УУД. Приложение 2;	Анализ деятельности ритмики хореографии. Кодификатор деятельности ритмики хореографии. Приложение 3	видов по и видов по и	Открытые уроки для родителей; участие в праздниках и концертах
--	--	--	---	--------------------------------------	--

Система оценки по критериям уровня музыкально – ритмического и танцевально двигательного развития по программе «Ритмика»

Оценка	Описание критериев
Высокий	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
Средний	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
Низкий	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;

Приложений 1

Карта диагностики уровня музыкально- ритмичного, танцевально – двигательного и психомоторного развития

№ п / п	Критерии	Процессы																				
		Музыкально – ритмические					Танцевально – двигательные					Психо - эмоциональные										
		Музыкально – ритмическая координация			Подвижность (лабильность) нервных процессов		Двигательные умения и навыки			Пластичность, гибкость		Двигательная память		Внимание		Эмоциональность			Творческие проявления			
Ф.И.обучающегося																						
1		сентябрь	декабрь	май	сентябрь	декабрь	май	сентябрь	декабрь	май	сентябрь	декабрь	май	сентябрь	декабрь	май	сентябрь	декабрь	май	сентябрь	декабрь	май
2																						
3																						

1	Ориентируется в своей системе знаний и умений: самостоятельно <i>предполагает</i> , какую информацию выбрать						
2	<i>Отбирает</i> необходимые источники информации среди предложенных учителем						
3	<i>Добывает</i> новые знания: <i>извлекает</i> информацию, представленную в разных формах (текст, иллюстрация, видео и др.)						
4	<i>Перерабатывает</i> полученную информацию: <i>сравнивает</i> и <i>группирует</i> , <i>делает выводы</i> на основе обобщения знаний						
2.3 Коммуникативные УУД							
1	Сформирована - эмпатия как осознанное понимание чувств других людей и сопереживание им						
2	Умеет слушать других, пытается принимать другую точку зрения, готов изменить свою точку зрения						
3	Сформировано уважительное отношение к позиции другого, умение договариваться						
3. Предметные							
1	Ориентируется в понятиях «хореография», «ритмика» и различает их между собой						
2	Сформированы базовые представления о физической нагрузке, двигательной деятельности, навыков физического и музыкально-танцевального развития						
3	Сформированы элементарные знания о влиянии музыкально - ритмических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей						
4	Сформированы духовно-нравственные ценности и культурные традиции, музыкально - ритмического воспитания						
5	Развита координация (точности воспроизведения и ориентации движений в пространстве) и кондиционных способностей (выносливости и гибкости)						
6	Развиты психические процессы (память, внимание) в ходе музыкально - двигательной деятельности						
7	Владеет танцевальной лексикой: движениями, связками, комбинациями						
8	Отработаны навыки выполнения гимнастических упражнений, танцевальных движений, связок, комбинаций						
9	Выполняет эстетически красиво гимнастические, ритмические и танцевальные комбинации, танцы						
10	Отработаны навыки соблюдения техники безопасности во время занятий						

Критерии оценки УУД

Оценка	Критерии оценивания УУД
5 («отлично»)	Технически качественное и художественно осмысленное выполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	Отметка отражает грамотное выполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удов-но»)	Выполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудов-но»)	Комплекс недостатков, как следствие отсутствия регулярных учебных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований

Кодификатор видов деятельности по программе «Ритмика»

	1	2	3	4	5
	<i>Восприятие</i>	<i>Оценка</i>	<i>Практическая музыкально-танцевальная деятельность (Тренинговый уровень)</i>	<i>Практическая музыкально-танцевальная деятельность (Творческий уровень)</i>	<i>Творческая деятельность. (Исполнение)</i>
1	Слушание Прослушивание	Определение музыкального материала		Умение сосредоточиться в музыке	
2	Обсуждение музыкального материала		Разбор музыкального материала	Подбор музыкально-танцевального сопровождения	
3	Понимание значимости общих физических упражнений	Оценка результатов на физическое состояние организма	Выполнение упражнений комплекса ритмической гимнастики по образцу	Составление комплексов упражнений по ритмической гимнастике	Показ танцевально-ритмических упражнений
4	Обоснование логических связей упражнений	Определение дозировки, последовательности выполнения	Тренировка суставно-мышечного аппарата	Составление инструкции, алгоритма выполнения упражнения, движения	Разучивание со сверстниками комплекса ритмической гимнастики
5	Обсуждение на понимание значимости танцевально-ритмических комплексов	Оценивание величины нагрузки	Совершенствование физических особенностей тела	Проектирование танцевально-ритмических комплексов	Выступление перед аудиторией с проектом «Танцевально-ритмический комплекс»
6	Обоснование установки на здоровый образ жизни	Закрепление технических навыков	Самостоятельное выполнение упражнений (задания)		Показ ритмопластического комплекса
7	Музыкально - образное ассоциирование	Определение музыкально-танцевального образа	Подражание по предложенному образцу	Импровизация, подражание предложенному образу	Инсценировка песни
8	Вхождение в образ	Выбор музыкально-танцевального образа	Самостоятельное самовыражение образа под музыку	Создание музыкально-танцевального образа. Пластическое фантазирование.	Передача танцевального образа в соответствии с музыкальным сопровождением
9	Просмотр	Определение танцевальных движений по образцу	Самостоятельный выбор танцевальных движений	Самостоятельное сочинение движений в соответствии с муз. сопровождением	Исполнение танцевальных движений

10	Обоснование логических связей движений, связок, композиции	Определение логических связок по образцу	Самостоятельный выбор логических танцевальных связок	Поиск и составление логических связок в соответствии с муз сопровождением	Исполнение танцевальных композиций
11	Ориентация в пространстве	Определение рисунка танца по образцу	Самостоятельный выбор композиционных рисунков танца.	Составление композиционных рисунков танца	Участие в творческих танцевальных проектах.
12	Вызвать на рассуждение	Оценка и самооценка результата исполнения танцевальной композиции	Разучивание танцевальной композиции по образцу	Логическое построение композиции танца	Показ танцевальных композиций (Мини – концерт)
13	Накопление впечатлений	Прогнозирование результата творческой деятельности (проекта)	Выполнение задания в паре, в группе		Защита проекта. Эскиз костюмов к танцам
14	Умение задавать вопросы	Взаимооценка. Анализ мнений		Демонстрация своих творческих возможностей	Художественное оформление танцевальных номеров
15	Проявление актёрского мастерства	Презентация осознания устойчивых эстетических предпочтений			Участие в конкурсе «Танцевальная весна»

Критерии оценивания видов деятельности по кодификатору

Оценка	Критерии оценивания
«отлично»	Осмысленное выполнение, технически качественное и выразительно образное, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
«хорошо»	Грамотное выполнение с небольшими недочетами (как в технически - двигательном плане, так и в образно - эмоциональном), средняя техническая подготовка, неуверенно анализирует свое исполнение, знание методики исполнения изученных движений и т.д.
«удов-но»	Выполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
«неудов-но»	Комплекс недостатков, как следствие отсутствия регулярных учебных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований

Приложение 4

Основные термины

Разделы	Первый год обучения:	Второй год обучения	Третий год обучения
1. Теория 4 ч.	– понятие предмет «ритмика»;	– понятие «ритмика»; – двигательная	– понятие «ритмическая гимнастика»;

	<ul style="list-style-type: none"> – «партерная гимнастика»; – художественный образ; – стили и направления танца 	<ul style="list-style-type: none"> активность; – физическая нагрузка; – образ и движения; – историко - бытовой танец 	<ul style="list-style-type: none"> – понятие «стилизация танца»; – музыкальный стиль; – направление в музыке; – творческое самовыражение
2. ОФП 9 ч.	<ul style="list-style-type: none"> – креативная гимнастика; постановка корпуса; – осанка; – базовые шаги; – базовые упражнения; – подскоки, виды бега; – детская аэробика; – силовые способности; – дыхание; – релаксация; – напряжение, расслабление 	<ul style="list-style-type: none"> – понятие «танцевальная аэробика»; – понятие «партерная гимнастика»; –разминка; – типовые упражнения; – танцевальная часть; – динамика в движении; – амплитуда движения; – вводная часть; – аэробная часть; – заминка; – растяжки; – релаксация; – пульс 	<ul style="list-style-type: none"> – ритмическая гимнастика; – типовые упражнения; – пиковая нагрузка; – силовые способности; – распределение нагрузки; – растяжки; – понятие «суставная гимнастика»; – выворотность, «завернутость», «параллельность»; – пластика движения; – гибкость тела – усиление нагрузки
3. Танец 17 ч.	<ul style="list-style-type: none"> – понятие «детский танец»; – музыкальная азбука: ритм, темп, характер, громко, тихо; – линия танц; – точки зала; – круг; – танцевальная лексика; – элементы движений; – связки движений; – композиция движений; – понятие «коммуникативный танец»; – понятие «парный танец»; – понятие «сюжетный танец» 	<ul style="list-style-type: none"> – понятие «парный танец»; – понятие «характерный танец»; – понятие «сюжетный танец»; – понятие «историко - бытовой танец»; – такт и затакт, сильная слабая доля, оттенки музыки; – позиции рук, позиции ног; – положение корпуса; – ориентация в пространстве в линиях, по кругу; – змейка; – элементы и связки танца; – понятие «композиция танца» 	<ul style="list-style-type: none"> – понятие «эстрадный танец»; – понятие «коммуникативный танец»; – понятие «стилизованный танец»; – направление «Боди Перкуссия» – баттл; – музыкально – ритмическая лексика; – связки; – групповые связки; – композиция танца; – танцевальный образ; – творческое самовыражение
4. Творческие проекты 3ч.	<ul style="list-style-type: none"> – художественный образ; – музыкальное сопровождение 	<ul style="list-style-type: none"> – групповой образ; – групповые связки; – творческий этюд 	<ul style="list-style-type: none"> – понятие «музыка»; – понятие «образ»; – импровизация; – сюжет танца
5. Музыкально – танцевальные игры (в конце занятия)	<ul style="list-style-type: none"> – понятие «игра»; – понятие «музыкально - двигательная игра»; – понятие «танцевально - ритмичная игра» 	<ul style="list-style-type: none"> – танец общения; – игры под музыку; – танцевальные игры на ускорение; – коммуникативный танец - игра 	<ul style="list-style-type: none"> – коммуникативные танцы; – коммуникативные игры; – танец - игра