

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ТУТОНЧАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЭВЕНКИЙСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

**« Рассмотрено»**

Руководитель МС

\_\_\_\_\_  
Шилова Н.Р.

Протокол от «\_\_\_» \_\_\_\_ г.

**«Утверждено»**

Директор МКОУ ТСШ ЭМР

\_\_\_\_\_  
Сазонова Ж.А.

Приказ № от «\_\_\_» \_\_\_\_ г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Ритмика»**

**НАПРАВЛЕННОСТЬ: Художественная**

Уровень: стартовый

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации: 2 года (144 часа)

Составитель (разработчик):

Леушева Анастасия Игоревна,  
педагог дополнительного образования

п.Тутончаны

2022

## Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный (тематический) план 1 года обучения	6
3. Содержание учебного (тематического плана) 1 года обучения	9
4. Учебный (тематический) план 2 года обучения	12
5. Содержание учебного (тематического плана) 2 года обучения	12
6. Список литературы	14
7. Календарно-учебный график 1 года обучения	15
8. Календарно-учебный график 2 года обучения	19
9. Критерии оценки качества усвоения материала	23

## 1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности по предмету «Ритмика» разработана на основании документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 ( Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р).
4. Постановление Главного государственного 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»
5. О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20«Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09 -3242 « О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».

Танец во все времена был актуален. В танце отражается время, в котором мы живем. Хореография становится доступна для каждого ребенка, желающего овладеть хореографическими навыками. Программа "Ритмика" даёт возможность приобщить к богатству танцевального и музыкального искусства детей с разными физическими данными. Перед педагогом-хореографом стоят важные задачи: привить детям любовь к танцу, открыть у обучающихся музыкально-двигательные и художественно-творческие способности, танцевальную выразительность и эмоциональность, выносливость и координацию, а также формирование навыков коллективного общения и раскрытие индивидуальности.

**Дисциплина «Ритмика»** включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в жанрах

танцевальной музыки, определять ее характер, умение согласовывать музыку с движением.

**Актуальностью** данной образовательной программы являются новые требования в дополнительном образовании, направленные на развитие мотивации личности ребенка к познанию и творчеству. Обучение по данной программе позволяет средствами коллективной творческой деятельности способствовать общекультурному развитию детей, удовлетворению естественной потребности в общении и движении, всестороннему развитию и реализации творческого потенциала личности. Воспитание потребности духовного обогащения ребенка, способности взаимодействовать со сверстниками, умение развивать в себе необходимые качества личности – все это и делает программу актуальной на сегодняшний день.

**Направленность программы:** художественная.

**Отличительная особенность программы:**

- В класс принимаются не только дети, которые обладают способностями и природными данными (гибкость, выворотность, координация, музыкальный слух и т.д.), а все желающие заниматься хореографией (за исключением тех, у кого есть медицинские противопоказания);

- основные требования к обучающимся: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность на уроках, доброжелательное отношение друг к другу.

Учебный материал программы учитывает индивидуальные возможности детей к обучению, что позволяет корректировать задания в соответствии с уровнем подготовки детей.

**Основная цель программы:** средствами музыкально- ритмического воспитания и танца способствовать эстетическому, нравственному и физическому развитию обучающихся, развитие творческого потенциала. Формирование социальной активности через развитие музыкальных и танцевальных способностей обучающихся.

**Личностные задачи:**

- формировать деловые, личностные качества (ответственность, пунктуальность, дисциплина, аккуратность);
- развитие волевых качеств личности: целеустремленность, трудолюбие, упорство и усердие;
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотрудничества;
- приобщать к здоровому образу жизни;
- воспитать у детей любовь хореографическому искусству;
- способствовать формированию внутренней мотивации к учебной деятельности.

**Метапредметные задачи:**

- сформировать потребность обучающегося к данному виду хореографической деятельности;
- способствовать общекультурному и эстетическому развитию обучающихся;
- развить творческое и логическое мышление;
- развить чувство ответственности;
- научиться контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;

**Предметные задачи:**

- формировать у обучающихся танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие);
- дать обучающимся начальную ритмическую подготовку;
- научить взаимосвязи музыки и движения;
- познакомить с музыкальной грамотой;
- развивать чувство ритма;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- развивать двигательные способности, культуру выполнения движений;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации.

Проводя занятия по предмету «Ритмика», необходимо учитывать желания детей, их физические возможности. Такие занятия должны приносить детям радость, пробуждать желание общаться с музыкой, развивать творческие способности. Планируя занятия, необходимо учитывать анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста, специфику восприятия музыки.

**Адресат программы**

Программа ориентирована на обучающихся 7 – 11 лет.

**Краткая характеристика возрастных и индивидуальных особенностей детей младшего школьного возраста.**

Младший школьный возраст – это возраст относительного спокойного и равномерного физического развития. Увеличение роста и веса, мышечной силы и выносливости, жизненной ёмкости лёгких идёт довольно равномерно и пропорционально. Сердечные мышцы хорошо снабжаются кровью, поэтому сердце достаточно выносливо, головной мозг тоже получает достаточное кровоснабжение, что является необходимым условием его работоспособности.

Костная система младшего школьника находится в стадии формирования, так как окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей ещё не завершено, в костной системе много хрящевой ткани. Значит, педагогу нужно быть очень чутким, осторожным и бережным по отношению к своим воспитанникам.

Происходит функциональное совершенствование мозга - развивается аналитико-синтетическая функция коры; заметно развивается вторая сигнальная система, но при этом первая сигнальная система в младшем школьном возрасте ещё сохраняет своё преобладание. Постепенно изменяется соотношение процессов возбуждения и торможения.

Особенностью детей младшего школьного возраста является:

1. Безграничное доверие к взрослым, главным образом учителям, подчинение и подражание им. Дети этого возраста полностью признают авторитет взрослого человека, почти безоговорочно принимают его оценки.

2. Общая недостаточность воли: младший школьник ещё не обладает большим опытом длительной борьбы за намеченную цель, преодоление трудностей и препятствий.

3. Характер младших школьников также отличается некоторыми возрастными особенностями. Прежде всего, дети импульсивны - склонны незамедлительно действовать под влиянием непосредственных импульсов, побуждений, по случайным поводам, не подумав и не взвесив всех обстоятельств. Причина – потребность в активной внешней разрядке при возрастной слабости волевой регуляции поведения.

4. Младшие школьники, как правило, отличаются бодростью, жизнерадостностью. Они общительны, отзывчивы, доверчивы, справедливы. В ряде случаев ученики обладают отрицательными формами поведения, к ним относятся, капризность, упрямство.

5. Младшие школьники очень эмоциональны.

В младшем школьном возрасте успешно происходит и художественно-эстетическое развитие детей.

**Форма обучения** по дополнительной образовательной программе – **очная**. Программа рассчитана на 2 года обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительностью 2 часа. Академический час - 40 минут.

**Формой организации** образовательного процесса является групповой урок.

**Структура урока** включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

**Подготовительная часть** – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; концентрация внимания и эмоционального настроения обучающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные

формы ходьбы и бега; несложные прыжки, разминка плечевого пояса. Все упражнения направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой и дыхательной систем.

Продолжительность подготовительной части зависит от темы занятия, составом обучающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

**Основная часть** - развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; изучение нового материала и совершенствование проученных элементов. Основная часть урока раскрывает тему урока. Развитие музыкального восприятия, умение согласовать характер движения с характером музыкального сопровождения. Развитие чувства ритма, музыкального слуха. На основную часть отводится примерно 75-85% от общего времени урока.

**Заключительная часть** - постепенное снижение нагрузки; подведение итогов урока, краткий анализ работы обучающихся. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Завершается урок элементами на расслабление.

В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает обучающимся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться.

Для успешного овладения содержанием данной образовательной программы используются различные педагогические технологии и методы обучения.

#### **Педагогические технологии:**

- личностно-ориентированного обучения;
- развивающего обучения;
- игровые;
- сотрудничества;
- здоровьесберегающие;
- информационные.

#### **Методы обучения:**

- метод активного слушания музыки;
- словесный метод, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, терминология, историческая справка и др.;
- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям:
  - показ педагогом движений под счет и под музыку;
  - показ правильного исполнения или ошибок на конкретном обучающемся;
- метод практического обучения, осуществляется освоение основных умений и навыков;

- метод индивидуализации. Индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки;
- игровой метод – упражнения, направленные на совершенствование хореографических умений и навыков, в основе которых – пластическое создание образов.

## **Планируемые результаты**

### **Предметные результаты:**

- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- знать основные музыкальные понятия;
- знать жанры музыкальных произведений;
- приобрести навыки импровизации;
- умение ориентироваться в пространстве.

### **Личностные результаты:**

- уметь планировать, анализировать свою деятельность и вносить в нее коррективы в соответствии с нравственными нормами и ценностями;
- наличие волевых качеств личности: целеустремленности, трудолюбия, упорства, усердия;
- сформировать личные качества, необходимые для взаимодействия в творческом коллективе (самодисциплина, выносливость, чувство товарищества и др.);
- сформировать эстетического вкуса, культуру поведения;
- приобщить к здоровому образу жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- умение ставить перед собой цели и определять задачи;
- умение контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- умение грамотно использовать полученные знания;

## **Формы контроля**

Контроль полученных знаний по предмету «Ритмика», проводится в конце каждой четверти на протяжении учебного года.

Формы оценки: контрольный урок с балльной системой оценивания.

**Оценочные материалы:** карта оценки контрольного урока

## **Условия реализации программы**

**Кадровое обеспечение** – преподаватель, обладающий необходимым уровнем квалификации и имеющий хореографическое образование;



- Среднее профессиональное образование

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

Занятия проходят в специально оборудованном помещении, где есть:

- специальное половое покрытие (деревянный пол или линолеум);
- хореографические станки;
- зеркальные стенки;
- гимнастические коврики;
- фортепиано;
- аудио-видеоаппаратура;
- методическая литература;
- телевизор;
- компьютер;
- специальная тренировочная одежда и обувь для обучающихся, девочки - танцевальные купальники, лосины, балетные туфли с мягким носком, мальчики - комбинезон, балетные туфли с мягким носком (приобретается законными представителями обучающихся самостоятельно).

### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН первого года обучения**

№ п/п	Название предмета, раздел	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Предмет «Ритмика»</b>				
1.	Раздел 1. Элементы музыкальной грамоты.	6	2	4	Контрольный урок
2.	Раздел 2. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов	26	6	20	Контрольный урок
3.	Раздел 3. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей	25	6	19	Контрольный урок
4.	Раздел 4. Развитие координации движений	15	3	12	Контрольный урок
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	

### **Содержание программы:**

#### **Раздел 1. Элементы музыкальной грамотности.**

## **Теория**

- Понятия: вступление, части, музыкальная фраза, из-за такта.
- Понятие «акцент», различие музыкальных частей.
- Характер музыкального сопровождения (веселый, грустный, спокойный, торжественный и т.д.).
- Жанры музыки (песня, марш, танец и др.).
- Понятие «ритмический рисунок».
- Объяснение музыкального размера: 2/4, 3/4, 4/4.

## **Практика**

- Движение в различных темпах
- Определение характера музыки и передача через движение
- Определение и передача через движение жанров музыкальных произведений
- Определение и передача через движения динамических оттенков (тихо, громко)
- Определение и передача в движении размеров 2/4, 3/4, 4/4
- Воспроизведение по хлопкам и шагам ритмического рисунка музыкального произведения
- Определение и передача сильных и слабых долей
- Умение менять движения в зависимости от смены частей и музыкальных фраз

## **Раздел 2. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов**

### **Теория**

- Значение суставной гимнастики.
- Разъяснение техники исполнения движения.
- Методика исполнения и цель исполнения движения.

### **Практика**

- Напряжение и расслабление мышц рук и кистей
- Упражнений на развитие отдельных групп мышц
- Упражнения на развитие подвижности суставов
- Упражнение на растягивание и укрепление мышц шеи
- Шаги: марш с выносом бедра на верх, на месте, с продвижением, в повороте
- Координация движений: шаги с движениями рук, головы
- Работа над подвижностью стопы
- Бег с подниманием бедра, с «захлестом» назад, с выносом вперед вытянутых ног
- Подскоки
- Шоссе в сторону, вперед
- Элементарные повороты с хлопками
- Трамплинные прыжки на месте с продвижением, на одной ноге

### **Раздел 3. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей**

#### **Теория:**

- Представление о танцевальном образе.
- Объяснение правил игр и упражнений (заданий).
- Понятие «интервал».
- Понятие «рисунок танца»
- Понятие «пространство сцены».

#### **Практика:**

- Упражнение на развитие образного мышления, музыкально-двигательные образы на основе творческих игр и заданий
- Упражнение на развитие импровизации под музыку в заданном образе
- Обучить учеников работать не только индивидуально, но и в группе (контактировать в танце, слушая и понимая друг друга)
- Упражнение «Мир животных» (создание образа посредством пластики тела)
- Упражнение «Разнообразие насекомых»
- Упражнение «На полянке» (приобретение навыков работы в группе)
- Танцевальный этюд «Смайлики» (на развитие мимических способностей передачи настроения)
- Упражнение «Отражение» (работа на концентрацию внимания, развитие импровизационных навыков, развитие опорно-двигательного аппарата, развитие навыков работы с партнером в зеркально-повторяющихся движениях)
- Упражнение на развитие пластики рук «Крылья»
- Упражнение на построение в рисунок танца «Тающий снег» (групповая импровизация)

### **Раздел 4. Развитие координации движений**

#### **Теория:**

- Объяснение отличий современного стиля и направления.
- Показ движений разных стилей (рок-н-ролл, хип-хоп, рэп, народный танец, классический танец, восточный танец, эвенкийский танец и др.)

#### **Практика:**

- Изучение различных танцевальных движений
- Составление из многочисленных движений танцевальных комбинаций
- Изучение разноплановых танцевальных комбинаций
- Разучивание танцевальных движений и комбинаций различных современных стилей и направлений (хип-хоп, рок-н-ролл, рэп и другое)

#### **Планируемые результаты.**

**К концу первого года обучения обучающиеся будут знать по дисциплине «Ритмика»:**

- понятие «интервал»;
- понятие «рисунок танца»;
- представление о танцевальном образе;
- понятие «ритмический рисунок»;
- жанры музыки (песня, марш, танец);
- музыкальные размеры (2/4, 3/4, 4/4);
- музыкальные понятия: вступление, предложение, музыкальная фраза.

**К концу первого года обучения обучающиеся будут уметь по дисциплине «Ритмика»:**

- работать не только индивидуально, но и в группе;
- импровизировать под музыку в заданном образе;
- двигаться под музыку в различных темпах;
- уметь координировать танцевальные движения;
- определять характер музыкального сопровождения;
- ориентироваться в пространстве зала, сцены
- уметь импровизировать под музыку;
- перестраиваться из одного рисунка в другой;
- создавать музыкально-двигательные образы на основе творческих игр.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН второго года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Раздел I. Ритмика</b>				
1	Тема 1. Совершенствование опорно-двигательного аппарата	22	5	17	Контрольный урок
2	Тема 2. Элементы музыкальной грамотности	10	3	7	Контрольный урок
3	Тема 3. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей	23	6	17	Контрольный урок
4	Тема 4. Упражнения на развитие ориентации в пространстве	17	4	13	Контрольный урок
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>18</b>	<b>54</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

### Раздел I. Ритмика

#### Тема 1. Совершенствование опорно-двигательного аппарата

## **Теория:**

Методика исполнения движений

## **Практика:**

- Растягивание и укрепление мышц шеи
- Фиксированные движения головой
- Махи руками с полной амплитудой, круговые движения плечами, фиксированные движения плечами
- Сгибание корпуса, «складки»
- Полуприседания, приседания
- Упражнения на выворотность в тазобедренном суставе
- Выворотность и сила стопы
- Упражнения на равновесие
- Подскоки, перескоки на месте
- Упражнение на растяжку мышц и связок бедра
- Шоссе в сторону одновременно с движением рук
- Повороты с хлопками
- Прыжки на месте с передвижением
- Прыжок вверх с руками из положения полного приседа
- Танцевальные шаги: переменный шаг, в ритме вальса, шаг польки

## **Тема 2. Элементы музыкальной грамотности**

### **Теория:**

- Динамические оттенки музыки.
- Понятие сильных и слабых долей.
- Понятие «ритмический рисунок».

### **Практика:**

- Определение и передача в движении музыкальных размеров
- Воспроизведение по хлопкам и шагам ритмического рисунка
- Учить обучающихся менять движение в зависимости от смены частей

## **Тема 3. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей**

### **Теория:**

- Представление о танцевальном образе.
- Методическое объяснение правил игр и упражнений (заданий).
- Объяснение целей и задач каждого упражнения и игры.
- Анализ исполнения заданий (исправление, поощрение).

### **Практика:**

- Упражнение на развитие образного мышления «Мир птиц»
- Упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата и развитие фантазии, создание сюжетной линии «Виды спорта»
- Этюд, имитирующий действия человека
- Сюжетное задание «На рыбалке»
- Упражнение на развитие амплитуды движения и развитие в

индивидуальной импровизации пластики тела «Тающая свеча»

- Импровизированный этюд «Дерево и ветер»
- Упражнения на ориентацию в пространстве.
- Использование простых и усложненных рисунков.
- Положение исполнителей в паре.

**Тема 4.** Упражнения на развитие ориентации в пространстве

**Теория.** Понятия линии, колонны, интервала, диагонали и т.д.

**Практика.** Построение группы из круга в квадрат. Перестроение из круга в рассыпную и снова в круг. Перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки. Перестроение из большого круга в большую звезду. Перестроение из двух кругов в «корзиночку». Перестроение типа «шен». Танцевальные шаги и ходы: скользящий шаг, папошки вперед и назад, переменный ход в ритме вальса.

### **Планируемые результаты:**

**К концу второго года обучения обучающиеся будут знать по дисциплине «Ритмика»:**

- сильные и слабые доли;
- динамические оттенки в музыке;
- понятие «смена рисунка в танце»;
- положения в паре.

**К концу второго года обучения обучающиеся будут уметь по дисциплине «Ритмика»:**

- воспроизводить хлопками и шагами ритмические рисунки;
- создавать танцевальные образы;
- использовать амплитуду в движениях;
- выполнять упражнения на развитие координации движения.

### **Список литературы:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2001 г. – 272 с.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Санкт-Петербург, 2000.
3. Гусев Т.Г. Народный танец. Методика преподавания. – М.: 2007.
4. Климов А. Основы русского народного танца. – М.: «Искусство», 1981 г. – 272 с.
5. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. – Пермь: ГОУ ДОД Областной центр художественного творчества для детей «Росток», 2015.

6. Яновская В.Е. Ритмика. – М. «Музыка», 2012
7. Лифиц И.В. Ритмика. — М.: Академия, 1999. — 224 с.
8. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание. – М.: КАРО, 2011. – 88 с.
9. Руднева С., Э.Фиш Ритмика. Музыкальное движение. – М.: Просвещение, 1972. – 330 с.

### Календарный учебный график 1 года обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол – во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	сентябрь	групповая	2	Вводный урок. Знакомство с предметом	
2	сентябрь	групповая	3	Упражнение на укрепление мышц руки плечевого пояса	
3	сентябрь	групповая	2	Понятие: вступительная часть, музыкальная фраза	
4	сентябрь	групповая	2	Понятие рисунок танца. Построение в колонну по одному, в пары и обратно	
5	октябрь	групповая	2	Элементарные прыжки. Подскоки, перескоки.	
6	октябрь	групповая	2	Понятие об интервалах. Знакомство с рисунком танца - диагональ	
7	октябрь	групповая	3	Движения в различных темпах	
8	октябрь	групповая	2	Различие музыкальных частей.	Контрольный урок

9	ноябрь	групповая	2	Упражнение на развитие подвижности суставов	
10	ноябрь	групповая	2	Упражнения для развития образного мышления	
11	ноябрь	групповая	2	Жанр музыки (пение, марш, танец и др.)	
12	декабрь	групповая	2	Маршевый шаг с носка, с выносом бедра наверх, с работой рук). На месте, с продвижением.	
13	декабрь	групповая	2	Понятие «ритмический рисунок», Воспроизведение хлопкам, притокам, шагам.	
14	декабрь	групповая	2	Упражнения на развитие пластики рук	
15	декабрь	групповая	2	Характер музыкального произведения и передача его через движение	Контрольный урок
16	январь	групповая	2	Элементарные прыжки. Прыжки на одной ноге, прыжки с поджатыми ногами.	
17	январь	групповая	2	Понятие «пространство сцены». Построение и перестроение в рисунок.	



18	январь	групповая	2	Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	
19	февраль	групповая	2	Балансовые упражнения (тренировка устойчивости). Вертикальное равновесие «ласточка».	
20	февраль	групповая	2	Музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4	
21	февраль	групповая	2	Упражнения на развитие импровизации. Движения в образах под музыку.	
22	февраль	групповая	2	Понятие о длительности, об акценте и метрической пульсации	
23	март	групповая	2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	
24	март	групповая	2	Упражнения для развития отдельных групп мышц и подвижности суставов	
25	март	групповая	2	Определение и передача через движение сильных и слабых долей	

26	март	групповая	2	Движения и их комбинации в различных музыкальных темпах	Контрольный урок
27	апрель	групповая	2	Упражнения для развития мимических способностей	
28	апрель	групповая	2	Упражнения для развития гибкости спины в поясничном отделе	
29	апрель	групповая	2	Ритмические упражнения с музыкальным заданием	
30	апрель	групповая	2	Упражнения для развития отдельных групп мышц и подвижности суставов	
31	апрель	групповая	2	Общая физическая подготовка.	
32	май	групповая	2	Упражнения на улучшение концентрации внимания	
33	май	групповая	2	Упражнение на приобретение навыков импровизации	
34	май	групповая	2	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	Контрольный урок

### Календарный учебный график 2 года обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол – во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	сентябрь	групповая	2	Вводный урок.	
2	сентябрь	групповая	2	Упражнение на укрепление мышц руки плечевого пояса	
3	сентябрь	групповая	2	Элементы музыкальной грамоты. Затакт, затактовое построение	
4	сентябрь	групповая	2	Понятие рисунок танца. Построение в колонну по одному, впары и обратно	
5	октябрь	групповая	3	Элементарные прыжки. Подскоки, перескоки.	
6	октябрь	групповая	2	Рисунок танца Перестроения: из колонны в диагональ, из диагонали в круг	
7	октябрь	групповая	2	Движения в различных темпах	
8	октябрь	групповая	2	Различие музыкальных частей.	Контрольный урок
9	ноябрь	групповая	2	Упражнение на развитие подвижности суставов	
10	ноябрь	групповая	2	Упражнения для развития образного мышления	
11	ноябрь	групповая	2	Понятие сильные и слабые доли	

12	декабрь	групповая	2	Маршевый шаг с носка , с выносом беда наверх, с работой рук). На месте, с продвижением.	
13	декабрь	групповая	2	Понятие «ритмический рисунок», Воспроизведение хлопкам, притокам, шагам.	
14	декабрь	групповая	2	Упражнения на развитие пластики рук	
15	декабрь	групповая	2	Характер музыкального произведение и передача образа через движение	Контрольный урок
16	январь	групповая	2	Элементарные прыжки. Прыжки на одной ноге, прыжки с поджатыми ногами.	
17	январь	групповая	3	Понятие «пространство сцены». Построение и перестроение в рисунок. Из круга в квадрат с продвижением	
18	январь	групповая	2	Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	

19	февраль	групповая	2	Балансовые упражнения (тренировка устойчивости). Вертикальное равновесие «ласточка».	
20	февраль	групповая	2	Упражнения на развитие амплитуды движения	
21	февраль	групповая	2	Упражнения на развитие импровизации. Движения в образах под музыку	
22	февраль	групповая	2	Понятие о длительности, об акценте и метрической пульсации.	
23	март	групповая	2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	
24	март	групповая	2	Упражнения для развития отдельных групп мышц и подвижности суставов	
25	март	групповая	2	Этюды эмитирующие действия человека	
26	март	групповая	2	Движения и их комбинации в различных музыкальных темпах	Контрольный урок
27	апрель	групповая	2	Упражнения для развития мимических способностей	

28	апрель	групповая	2	Упражнения для развития гибкости спины в поясничном отделе	
29	апрель	групповая	2	Ритмические упражнения с музыкальным заданием	
30	апрель	групповая	2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	
31	апрель	групповая	2	Общая физическая подготовка.	
32	май	групповая	2	Упражнения на улучшение концентрации внимания	
33	май	групповая	2	Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	
34	май	групповая	2	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	Контрольный урок

### Критерии оценки качества усвоения материала.

Количество баллов	Критерии оценивания выступления
<p><b>«Отлично» - 5 баллов</b> (освоение обучающимся более 80% содержания дополнительной общеразвивающей программы):</p>	<p>Знание предмета уверенное и осмысленное:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• свободное владение темами предмета данного года обучения.</li> <li>• умение согласовывать характер движения с характером музыкального произведения</li> <li>• Умение применять полученные навыки на практических действиях</li> </ul>
<p><b>«Хорошо» - 4 балла</b> (освоение обучающимся от 60% до 80% содержания дополнительной общеразвивающей программы):</p>	<p>-Знание предмета и исполнение уверенное, музыкальное, выразительное, но задачи, поставленные преподавателем выполнены не в полном объеме:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• небольшие погрешности;</li> <li>• неполное соответствие с ожидаемыми результатами.</li> </ul>
<p><b>«Удовлетворительно» - 3 балла</b> (освоение обучающимся от 40% до 60% содержания дополнительной общеразвивающей программы).</p>	<p>-в ответах большое количество недочетов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• объяснение материала с явными погрешностями;</li> <li>• неуверенное знание предмета;</li> <li>• неспособность применять полученные знания на практике</li> <li>• формальное отношение к предмету.</li> </ul>

Количество баллов	Критерии оценивания выступления
<b>«Отлично» - 5 баллов</b> (освоение обучающимся более 80% содержания дополнительной общеразвивающей программы):	Знание предмета уверенное и осмысленное: <ul style="list-style-type: none"> <li>• свободное владение темами предмета данного года обучения.</li> <li>• умение согласовывать характер движения с характером музыкального произведения</li> <li>• Умение применять полученные навыки на практических действиях</li> </ul>
<b>«Хорошо» - 4 балла</b> (освоение обучающимся от 60% до 80% содержания дополнительной общеразвивающей программы):	-Знание предмета и исполнение уверенное, музыкальное, выразительное, но задачи, поставленные преподавателем выполнены не в полном объеме: <ul style="list-style-type: none"> <li>• небольшие погрешности;</li> <li>• не полное соответствие с ожидаемыми результатами.</li> </ul>
<b>«Удовлетворительно» - 3 балла</b> (освоение обучающимся от 40% до 60% содержания дополнительной общеразвивающей программы).	-в ответах большое количество недочетов: <ul style="list-style-type: none"> <li>• объяснение материала с явными погрешностями;</li> <li>• неуверенное знание предмета;</li> <li>• неспособность применять полученные знания на практике</li> <li>• формальное отношение к предмету.</li> </ul>