

Муниципальное казённое учреждение «Управление культуры»

Саткинского муниципального округа

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования

«Детская школа искусств № 2 им. Г. А. Шкала» г. Сатка

Принята на заседании
методического совета
от «26» 08. 2025 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ДО
«ДШИ № 2 им. Г. А. Шкала»
И.В. Подосёнова
Приказ от «29» 08. 2025 г. № 71



«Хореография»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Ритмика»

ПРЕДМЕТ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ ПОДГОТОВКИ

СРОК ОСВОЕНИЯ 2 ГОДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-9 ЛЕТ

Составители:
Гродник И.В., Хвесик Е.А.,
преподаватели по классу хореографии

г. Сатка 2025

Составитель: Гродник И.В., преподаватель по классу хореографии высшей категории, Хвесик Е.А. преподаватель по классу хореография.

Рецензент: Козина Е. А., заместитель директора МБОУ ДО «ДШИ № 2 им. Г. А. Шкала», преподаватель высшей категории.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы.....	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цели и задачи программы.....	8
1.3. Содержание программы.....	10
1.4. Планируемые результаты.....	13
2. Комплекс организационно-педагогических условий	15
2.1. Календарный учебный график.....	15
2.2. Учебный план	16
2.3. Условия реализации программы	17
2.4. Формы аттестации	20
2.5. Оценочные материалы	20
2.6. Методические материалы	21
2.7. Список литературы.....	23

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа по учебному предмету «Ритмика» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р),
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- «Рекомендациями по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств» (письмо Министерства культуры от 21.11.2013 г. № 191-01-39\06-ГИ),
- Приказом Министерства культуры Российской Федерации от 02.06.2021 № 754 "Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности образовательными организациями дополнительного образования детей со специальными наименованиями "детская школа искусств", "детская музыкальная школа", "детская хоровая школа", "детская художественная школа", "детская хореографическая школа", "детская театральная школа", "детская цирковая школа", "детская школа художественных ремесел";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учётом многолетнего педагогического опыта в области хореографического искусства в МБОУ ДО «ДШИ № 2 им. Г. А. Шкала».

Учебный предмет «Ритмика» дополнительной общеразвивающей программы входит в предметную область «Предмет исполнительской подготовки».

В основу программы положена концепция приобщения детей к искусству, развитие их творческих способностей и приобретение ими начальных навыков в хореографии.

Направленность программы «Ритмика» по содержанию является художественной; по функциональному предназначению – специальной; по форме организации – групповой; по времени реализации – 2 года.

Новизна программы состоит в том, что она даёт возможность конкретизировать формирование умений и навыков в области хореографического искусства, позволяющих исполнять хореографические произведения в соответствии с необходимым уровнем, в сжатые сроки обучения.

Актуальность программы выражается в том, что ритмика располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию двигательного аппарата и формировать необходимые двигательные навыки.

Программа адресована детям младшего школьного возраста, поступающих в школу искусств в возрасте 7 – 11 лет. В этот период у детей происходит большая физиологическая перестройка, поэтому характерными особенностями данного периода является повышенная возбудимость,

непоседливость. Дети впечатлительны, эмоциональны и чувствительны к окружающей среде. У них начинают развиваться социальные эмоции, такие как сопереживание, доверие к людям, чувство ответственности, самолюбие. Главной деятельностью в младшем школьном возрасте является учебная деятельность. Она способствует развитию воли. Обучение создает условие для развития познавательных потребностей, интереса к новым знаниям и умениям. Внимание младшего школьника отличается лёгкой отвлекаемостью. Отключение внимания спасает от переутомления. В ходе учебных занятий у детей формируется усидчивость. Память в младшем школьном возрасте развивается под влиянием обучения. Больше развита наглядно-образная память, чем словесно-логическая.

Учитывая физиологические особенности организма человека, занятия гимнастикой необходимо начинать с раннего возраста, когда костно-мышечный аппарат ребенка уже достаточно окреп для физических нагрузок, но еще гибкий и восприимчивый для развития необходимых навыков и умений в области хореографии.

Тяга к творчеству в этом возрасте – норма для гармоничного развития личности. Задача преподавателя – создать условия для творческой реализации ребёнка, выявить и развить его художественные способности.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что она даёт возможность художественного и эстетического образования детей. Грамотная педагогическая деятельность позволяет сформировать и развить творческие способности детей, учитывая их индивидуальные потребности в интеллектуальном и нравственном совершенствовании.

Отличительные особенности данной программы. Специфика предполагаемой деятельности обусловлена возрастными особенностями развития и восприятия детей. В данную программу включен мониторинг образовательной деятельности в виде карты наблюдений за индивидуальными способностями учащихся (см. Приложение).

Срок реализации учебной программы – 2 года, возраст обучающихся 7-9 лет.

Формы организации учебной и внеучебной деятельности:

- групповые уроки,
- различные виды творческой работы,
- привлечение к работе мультимедийных средств,
- выступление на концертах,
- посещение концертов.

Основной формой организации учебного процесса является урок. Продолжительность урока в 1 и 2 классе - 1,5 часа один раз в неделю.

Методы обучения:

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Основные формы учебной работы:

- групповая (мелкогрупповая) форма обучения,
- смешанные занятия,
- проверка домашних заданий,
- выступление учащихся на концертах, тематических мероприятиях.

1.2. Цели и задачи программы.

Цели: развитие музыкально-ритмических и двигательнотанцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

Обучающие:

- овладеть основными танцевальными движениями, стилем и манерой исполнения;
- сформировать навыки чувства ритма, такта, музыкальной отзывчивости;
- обучить навыкам определения танцевального направления;
- понимать простейшие хореографические понятия и движения;
- сформировать способности изменения танцевальных движений в соответствии с формой музыкального произведения;
- сформировать красивую осанку, выразительность и пластику движений и жестов;
- приобрести учащимися опыта творческой деятельности и публичного выступления;
- снять психологические и мышечные зажимы.

Развивающие:

- развить моторико-двигательную и логическую память;
- развить способность воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и характер, понимать содержание;
- развить специальные музыкальные способности: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развить хореографический кругозор и познавательный интерес к искусству танца;
- развить слуховой, зрительной и двигательной памяти обучающихся;

- развить ловкость, точность, координацию движений; гибкость и пластичность;
- развить выносливость, физическую силу и умение ориентироваться в пространстве;
- обогатить двигательный опыт разнообразными видами движений;
- развить эмоциональную сферу и умение выражать эмоции в мимике и пантомиме;
- развить артистизм;
- тренировать подвижность (лабильность) нервных процессов;
- развить восприятие, внимание, волю, память, мышление;
- развить творческое воображение, фантазию;
- развить способность к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

Воспитательные:

- сформировать навыки здорового образа жизни, коммуникативные навыки и культуры поведения;
- стимулировать интерес к различным видам искусства;
- воспитать внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию;
- сформировать социальную адаптацию обучающихся;
- побуждать к самостоятельному творчеству, раскрытию индивидуальности в процессе коллективной творческой деятельности;
- воспитать организованность, дисциплинированность и чувство коллективизма;
- способствовать формированию эмоционально-волевой среды, укреплению системы нравственных ценностей.

1.3. Содержание программы

1 класс

Учебно-тематическое планирование

Месяц	№ урока	Дата	Факт.	Часы	Тема урока	Теоретическая деятельность
						Практическая деятельность
I полугодие						
Сентябрь	1			1,5	Основы музыкальной грамоты	Музыкальный размер
	2			1,5		
	3			1,5	Упражнения на ориентировку в пространстве	Нумерация точек Линия, шеренга, колонна
	4			1,5		
Октябрь	5			1,5		
	6			1,5		
	7			1,5		
	8			1,5		
Ноябрь	9			1,5	Упражнения на середине зала	Поклон: поясной, простой Шаги Бег. Упражнения с платком Упражнения с лентой Упражнения с мячом
	10			1,5		
	11			1,5		
Декабрь	12			1,5		
	13			1,5		
	14			1,5		
	15			1,5		
II полугодие						
Январь	16			1,5	Упражнения на середине зала	Позиции рук Позиции ног

	17			1,5		Работа головы Движения корпуса Притопы Удары стопой в сочетании с хлопками
	18			1,5		
Февраль	19			1,5		
	20			1,5		
	21			1,5		
Март	22			1,5	Этюдная работа	Этюд «Во-кузнице», «Топотуха»
	23			1,5		
	24			1,5		
	25			1,5		
Апрель	26			1,5	Упражнения в парах	Хлопки в парах Хлопки в такт
	27			1,5		
	28			1,5	Музыкально- ритмические игры	«Музыкальная шкатулка» «Самолетики- вертолетики»
	29			1,5		
Май	30			1,5	Контрольный урок	Комплекс упражнений, согласно программному материалу за учебный год.
	31			1,5		
	32			1,5		
	33			1,5		

2 класс

Учебно-тематическое планирование

Месяц	№ урока	Дата	Факт.	Часы	Тема урока	Теоретическая деятельность
						Практическая деятельность
Сентябрь	I полугодие					
	1			1,5	Основы музыкальной грамоты	Музыкальный размер
	2			1,5		

	3			1,5	Упражнения на ориентировку в пространстве	Нумерация точек Линия, шеренга, колонна Диагональ, круг, 2 круга
	4			1,5		
	5			1,5		
Октябрь	6			1,5	Упражнения с предметами (ударными и звенящими)	Ударные: ложки Звенящие: бубен, трещотка, маракасы, бубенцы
	7			1,5		
	8			1,5		
Ноябрь	9			1,5	Упражнения на середине зала	Поклон: поясной, простой Шаги Бег. «Улитка», «Змейка» Упражнения с обручем Упражнения с мячом
	10			1,5		
	11			1,5		
12			1,5			
Декабрь	13			1,5	Контрольный урок	Комплекс упражнений, согласно программному материалу за учебный год.
	14			1,5		
	15			1,5		
II полугодие						
Январь	16			1,5	Упражнения на середине зала	Позиции рук Позиции ног Работа головы Движения корпуса Притопы Удары стопой в сочетании с хлопками «Ковырялочка» Па-голопа
	17			1,5		
	18			1,5		
Февраль	19			1,5		
	20			1,5		
	21			1,5		
Март	22			1,5	Этюдная работа	Этюд «Топотушка», «Полька»
	23			1,5		

	24			1,5		
	25			1,5		
Апрель	26			1,5	Упражнения в парах	Хлопки в парах Хлопки в такт
	27			1,5		
	28			1,5	Музыкально- ритмические игры	«Мыши и мышеловка» «Волшебная шапочка»
	29			1,5		
Май	30			1,5		
	31			1,5		
	32			1,5		
	33			1,5	Контрольный урок	Комплекс упражнений, согласно программному материалу за учебный год.

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты

- наличие интереса (мотивации) к ритмике;
- соблюдение дисциплины и правил поведения;
- наличие эмоционального отклика на музыку;
- понимание причин успеха/неуспеха собственной учебной деятельности;
- наличие уважительного отношения к иному мнению или художественно-эстетическому взгляду.

Метапредметные результаты

- первичное знание основных стилистических направлениях в области хореографии;
- знание лучших образцов мировой хореографической культуры;
- знание основ музыкальной грамоты;

- знание основных средств выразительности, используемых в хореографическом искусстве;
- знание наиболее употребляемой терминологии;
- наличие первичных навыков в области хореографического творчества;
- умение использовать полученные теоретические знания при исполнении хореографического произведения.

Предметные результаты

1 год обучения

По окончании первого года обучения учащиеся должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
- правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
- знать различия «народной» и «классической» музыки;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- хорошо владеть движениями с платком и обручем;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.

Второй год обучения

По окончании второго года обучения учащиеся должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- термины: громко—тихо, высоко—низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно, подвижно), музыкальные размеры, длительности, понятия «затакт», «сильная доля», «фраза», музыкальные жанры – песня, танец, марш;
- знать названия общеразвивающих упражнений пройденных в течение двух лет обучения;
- знать названия простых танцевальных шагов, а также уметь их правильно исполнить (мягкий, на полу пальцах, приставной, переменный, галоп, полька).
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4, 4/4, 3/4; 6/8;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять на инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять с более четким исполнением подражательные движения;
- уметь танцевать в ансамбле;
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах, согласно выполнению движения или комбинации.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года составляет 39 недель. Продолжительность учебных занятий составляет 33 недели в году. В

учебном году предусматриваются каникулы в объеме не менее 6 недель.

Летние каникулы устанавливаются – 13 недель.

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 год обучения
Начало учебного года	01.09.2025	01.09.2026
Окончание учебного года	31.05.2026	31.05.2027
Продолжительность учебных занятий в году	33 недели	33 недели
Текущий контроль успеваемости	В течение всего периода освоения программы	
Промежуточная аттестация обучающихся	Декабрь 2025 Май 2026	Декабрь 2026
Итоговая аттестация	-	Май 2027
Каникулы	Осенние, зимние, весенние каникулы в сроки, установленные при реализации основных образовательных программ начального общего и основного общего образования.	
Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками	4.11; 23.02; 8.03; 1.05; 9.05	4.11; 23.02; 8.03; 1.05; 9.05

2.2. Учебный план

Учебный предмет исполнительской подготовки	Годы обучения (классы), количество аудиторных часов в неделю.		Промежуточная аттестация		Итоговая аттестация
	1 кл.	2 кл.	1 кл.	2 кл.	
Ритмика	1,5 ч.	1,5 ч.	декабрь, май	декабрь	май
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	49,5	49,5			

Первый год обучения

Наименование раздела, темы	Общее количество часов	Формы аттестации
1 полугодие		
Основы музыкальной грамоты	3	
Упражнения на ориентировку в пространстве	4,5	

Упражнения с предметами (ударными и звенящими)	4,5	
Упражнения на середине зала	9	
Контрольный урок	1,5	Промежуточная аттестация Декабрь
2 полугодие		
Упражнения на середине зала	9	
Этюдная работа	6	
Упражнения в парах	3	
Музыкально-ритмические игры	7,5	
Контрольный урок	1,5	Промежуточная аттестация Май

Второй год обучения

Наименование раздела, темы	Общее количество часов	Формы аттестации
1 полугодие		
Основы музыкальной грамоты	3	
Упражнения на ориентировку в пространстве	4,5	
Упражнения с предметами (ударными и звенящими)	4,5	
Упражнения на середине зала	9	
Контрольный урок	1,5	Промежуточная аттестация Декабрь
2 полугодие		
Упражнения на середине зала	9	
Этюдная работа	6	
Упражнения в парах	3	
Музыкально-ритмические игры	7,5	
Контрольный урок	1,5	Промежуточная аттестация Май

2.3. Условия реализации программы

Материально-технические условия.

Материально-техническая база МБОУ ДО «ДШИ № 2 им. Г. А. Шкала» соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Для реализации учебной программы «Ритмика» материально-техническое обеспечение включает в себя:

Учебные классы	Перечень основного оборудования	Общая площадь	Адрес (местоположение)

Кабинет № 2	1.Балетные станки с перекладиной. 2.Зеркала настенные. 3.Фортепиано – 1 шт. 4.Стулья – 10 шт. 5.Музыкальный центр – 1 шт. 6. Стол для преподавателя – 1 шт. 7. Шкаф – 1 шт. 8. Обручи, скакалки для занятий гимнастикой 9. Коврики для занятия гимнастикой – 10 шт. 10.Учебная и методическая литература 11. Часы настенные – 1 шт. 12.Костюмы для танцевальных номеров 13.Танцевальная обувь	44,6 кв.м.	Россия, Челябинская область, г. Сатка, ул. Комсомольская, д.14, помещение 4
Кабинет № 1	1.Балетные станки с перекладиной. 2.Зеркала настенные. 3.Фортепиано – 1 шт. 4.Стулья – 10 шт. 5.Музыкальный центр – 1 шт. 6. Стол для преподавателя – 1 шт. 7. Шкаф – 1 шт. 8. Обручи, скакалки для занятий гимнастикой 9. Коврики для занятия гимнастикой – 10 шт. 10.Учебная и методическая литература 1 11. Часы настенные – 1 шт. 12.Костюмы для танцевальных номеров - 13.Танцевальная обувь	49,8 кв.м	Россия, Челябинская область, г. Сатка, ул. Бакальская, д. 2,

- библиотечный фонд, укомплектованный необходимой учебной, нотной и методической литературой.
- концертный зал с одеждой сцены и звуковым оборудованием.

Требования к кадровому составу.

Все преподаватели, обеспечивающие образовательный процесс по ДОП «Хореография», имеют среднее или высшее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного предмета.

Учебный год для педагогических работников составляет 44 недели, из которых 33 недели – реализация аудиторных занятий, в остальное время деятельность педагогических работников направлена на методическую,

творческую, культурно-просветительскую работу. Педагогические работники МБОУ ДО «ДШИ № 2 им. Г.А. Шкала» проходят не реже чем один раз в пять лет аттестацию и курсы повышения квалификации.

МБОУ ДО «ДШИ № 2 им. Г.А. Шкала» взаимодействует с другими учреждениями, реализующими образовательные программы в области хореографического искусства, в том числе и профессиональные, с целью ведения постоянной методической работы, получения консультаций по вопросам реализации общеразвивающей программы в области хореографического искусства, использования передовых педагогических технологий.

Требования к программно-методическим условиям.

Обеспечен доступ обучающихся к библиотечным фондам по учебному предмету. В наличии технические средства (колонка, доступ к сети Интернет через систему Wi-Fi, музыкальные аудио и видеозаписи).

Информационные ресурсы.

<http://mk.permkrai.ru/neskuchnodoma/> Афиша Онлайн событий в Пермском крае - Актуальное расписание онлайн трансляции театров Пермского края

http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_iz_ot_ritmiki_k_tancu_quot/ - о методике партерного экзерсиса «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».

<http://ru.wikipedia.org> Материал из Википедии — свободной энциклопедии-
www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.

<http://www.chel-15.ru/horejgrafija.html>. Методические и дидактические разработки по хореографии.

<http://horeograf.ucoz.ru/blog>. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.

http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/ Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры.

2.4. Формы аттестации

Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестации. Текущий контроль знаний учащихся осуществляется на каждом уроке. Промежуточная аттестация проводится в конце каждого полугодия в форме контрольного урока, на котором обучающиеся сдают практическое освоение материала.

Итоговая аттестация определяет уровень и качество освоения образовательной программы. Формой итоговой аттестации является контрольный урок, который проводится в конце второго класса.

Промежуточная и итоговая аттестация проводятся в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Формами промежуточной и итоговой аттестации также может быть: участие в конкурсах, фестивалях, мероприятиях культурно-просветительской и творческой деятельности школы.

2.5. Оценочные материалы

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. По итогам исполнения программы на зачете выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Критерии оценки качества исполнения:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия домашних занятий, а также плохая посещаемость аудиторных занятий

«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.
-----------------------	--

Данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании полугодий учебного года.

2.6. Методические материалы

Основная форма учебной и воспитательной работы - урок в классе, обычно включающий в себя проверку выполненного задания, совместную работу педагога и ученика по выполнению гимнастических упражнений, рекомендации педагога относительно способов самостоятельной работы обучающегося. Урок может иметь различную форму, которая определяется не только конкретными задачами, стоящими перед учениками, но также во многом обусловлена их индивидуальностями, а также сложившимися в процессе занятий отношениями учеников и педагога.

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть основан на выполнении известных правил: от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Содержание процесса обучения на уроках гимнастики, в соответствии с основополагающими принципами педагогической науки, должно иметь воспитательный характер и базироваться на дидактических принципах сознательности и активности, систематичности и последовательности прочного освоения основ изучаемого предмета.

Одна из основных задач гимнастики, как предмета – воспитание важнейших психофизических качеств, развитие двигательного аппарата в сочетании с формированием моральных и волевых качеств личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты реакции, смелости, творческой инициативы, координации и выразительности.

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из физических возможностей ребенка. Необходимым условием для успешного обучения на уроках гимнастики является формирование у ученика уже на начальном этапе правильной постановки корпуса, рук, ног и головы. С первых уроков полезно ученику рассказывать об анатомическом строении тела, о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.

Преподаватель в занятиях с учеником помогает учащимся увидеть образ движения. Ученик впитывает, как губка, все впечатления от действий педагога, поэтому все поведение педагога на уроке должно строиться, как положительный образец правильного отношения к общему делу, а показ должен быть точным, подробным и качественным. Показом надо пользоваться умело – то есть не злоупотреблять им в тех случаях, когда в нем нет необходимости. Нет смысла показывать движение, которое хорошо известно; это снижает интерес к занятиям и ничего не дает для развития памяти учеников.

Техника исполнения является необходимым средством для выполнения любого гимнастического упражнения, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место занимает работа над координацией движений, поэтому, с первых лет обучения необходимо развивать ловкость, как одно из наиболее важных двигательных качеств, необходимых на уроках гимнастики. Без ловкости нельзя усвоить ни одно упражнение. Она

позволяет избежать травм при выполнении сложных движений, что требует умения распределять внимание.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа, поэтому, готовясь к уроку, преподаватель должен, прежде всего, определить его направленность.

Важным методом правильной организации урока является продуманное, спланированное размещение учащихся. При выполнении движений у станка надо расставить учеников так, чтобы они не мешали друг другу. При выполнении движений на середине зала лучше размещать детей в шахматном порядке, чтобы преподаватель мог лучше видеть их, причем через 2-3 урока следует менять линии.

Для самоконтроля за упражнениями необходимо проводить занятия перед зеркалом. Однако занятия перед зеркалом следует чередовать с занятиями без зеркала, чтобы учащиеся учились контролировать свои движения лишь с помощью мышечного чувства.

Одна из самых главных методических задач преподавателя состоит в том, чтобы научить ребенка работать самостоятельно. Творческие задачи развивают такие важные для любого вида деятельности личные качества, как воображение, мышление, увлеченность, трудолюбие, активность, инициативность, самостоятельность. Эти качества необходимы для организации грамотной самостоятельной работы, которая позволяет значительно активизировать учебный процесс.

2.7. Список литературы

1. Учебная литература

1. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 1 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2004. – 44 с.
2. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 2 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2005. – 44 с.

3. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 3 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2005. – 44 с.
4. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 4 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2006. – 44 с.
5. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 5 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2007. – 44 с.
6. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика [Текст] / А.И. Буренина. – Санкт-Петербург: Ленинградский областной институт развития образования, 2000. – 220 с.
7. Суворова, Т.И. Танцуй, малыш! Выпуск № 1 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург, 2006. – 41 с.
8. Суворова, Т.И. Танцуй, малыш! Выпуск № 2 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург, 2007. – 48 с.
9. Михайлова, М.А., Воронина, Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения [Текст] / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. – Ярославль: Академия развития, 2000. – 110 с.
10. Сауко, Т., Буренина, А. Топ-хлоп, малыши! [Текст] / Т. Сауко, А. Буренина. – Санкт-Петербург, 2001. – 118 с.
11. Каплунова, И., Новоскольцева, И. Хи-хи-хи да ха-ха-ха! Выпуск 1. [Текст] / И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург: Невская нота, 2009. – 59 с.
12. Алпарова, Н.Н., Николаев, В.А., Сусидко, И.П. Музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников [Текст] / Н.Н. Алпарова, В.А. Николаева, И.П. Сусидко. – Москва: Библиотека музыкального руководителя и педагога музыки, 1999. – 127 с.

2. Литература для обучающихся

1. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 1 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2004. – 44 с.
2. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 2 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2005. – 44 с.

3. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 3 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2005. – 44 с.
4. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 4 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2006. – 44 с.
5. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 5 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2007. – 44 с.
6. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика [Текст] / А.И. Буренина. – Санкт-Петербург: Ленинградский областной институт развития образования, 2000. – 220 с.
7. Суворова, Т.И. Танцуй, малыш! Выпуск № 1 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург, 2006. – 41 с.
8. Суворова, Т.И. Танцуй, малыш! Выпуск № 2 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург, 2007. – 48 с.
9. Михайлова, М.А., Воронина, Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения [Текст] / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. – Ярославль: Академия развития, 2000. – 110 с.
10. Сауко, Т., Буренина, А. Топ-хлоп, малыши! [Текст] / Т. Сауко, А. Буренина. – Санкт-Петербург, 2001. – 118 с.
11. Каплунова, И., Новоскольцева, И. Хи-хи-хи да ха-ха-ха! Выпуск 1. [Текст] / И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург: Невская нота, 2009. – 59 с.
12. Алпарова, Н.Н., Николаев, В.А., Сусидко, И.П. Музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников [Текст] / Н.Н. Алпарова, В.А. Николаева, И.П. Сусидко. – Москва: Библиотека музыкального руководителя и педагога музыки, 1999. – 127 с.

3. Литература для родителей.

1. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 1 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2004. – 44 с.
2. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 2 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2005. – 44 с.

3. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 3 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2005. – 44 с.
4. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 4 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2006. – 44 с.
5. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 5 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург: Музыкальная литература, 2007. – 44 с.
6. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика [Текст] / А.И. Буренина. – Санкт-Петербург: Ленинградский областной институт развития образования, 2000. – 220 с.
7. Суворова, Т.И. Танцуй, малыш! Выпуск № 1 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург, 2006. – 41 с.
8. Суворова, Т.И. Танцуй, малыш! Выпуск № 2 [Текст] / Т.И. Суворова. – Санкт-Петербург, 2007. – 48 с.
9. Михайлова, М.А., Воронина, Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения [Текст] / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. – Ярославль: Академия развития, 2000. – 110 с.
10. Сауко, Т., Буренина, А. Топ-хлоп, малыши! [Текст] / Т. Сауко, А. Буренина. – Санкт-Петербург, 2001. – 118 с.
11. Каплунова, И., Новоскольцева, И. Хи-хи-хи да ха-ха-ха! Выпуск 1. [Текст] / И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург: Невская нота, 2009. – 59 с.
12. Алпарова, Н.Н., Николаев, В.А., Сусидко, И.П. Музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников [Текст] / Н.Н. Алпарова, В.А. Николаева, И.П. Сусидко. – Москва: Библиотека музыкального руководителя и педагога музыки, 1999. – 127 с.

