

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ Г. УЛАН-УДЭ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЭДЭЛЬВЕЙС» Г. УЛАН-УДЭ

Принята на заседании
педагогического совета
От «02» сентября 2025г.
Протокол № 1

М.п.

«Утверждаю»:
Директор МАОУ
ЦДО «Эдельвейс» г. Улан-Удэ
Цыгунцова Е. Т.
Приказ № 1
«02» сентября 2025г.

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Ритмика»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст учащихся: 7-17 лет.
Срок реализации: 1год (144ч.)
Уровень программы: стартовый

Автор – составитель:
Шишкина Ирина Федоровна
педагог дополнительного образования

г. Улан-Удэ
2025г.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ Г. УЛАН-УДЭ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЭДЭЛЬВЕЙС» Г. УЛАН-УДЭ

Принята на заседании
педагогического совета
От «___» _____ 2025г.
Протокол № _____

«Утверждаю»:
Директор МАОУ
ЦДО «Эельвейс» г. Улан-Удэ
_____ Цынгунова Е. Т.
Приказ № _____
«___» _____ 2025г.
М.п.

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Ритмика»**

Направленность: художественная
Возраст учащихся: 7-13 лет.
Срок реализации: 1год (144ч.)
Уровень программы: базовый

Автор – составитель:
педагог дополнительного образования
Шишкина Ирина Федоровна

г. Улан-Удэ
2025г.

- Устав учреждения утв. Приказом Комитета по образованию г. Улан-Удэ от 10.01.2025 г. №49.

[file:///C:/Users/Edelweiss.Orlenok04/Downloads/Устав%20\(обновленная%20версия%202025%20года\)%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Edelweiss.Orlenok04/Downloads/Устав%20(обновленная%20версия%202025%20года)%20(3).pdf)

или

<https://maou-do-t.buryatschool.ru/file/download?id=8084>

- Положение структуре и порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных программы Центра дополнительного образования «Эдельвейс» г. Улан-Удэ.

http://maou-do-t.buryatschool.ru/upoad/buryascmaou_do_t_new/files/58/90/5890e249fddb3efd012f8234b891c22a.pdf

Актуальность.

Общей целью школьного образования по ритмике является формирование разносторонне физически развитой личности. В рабочей программе для 3—4 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей хореографии и танца в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью.

Рабочая программа по ритмике на уровне основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 03.06.3030 г.).

Общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную конкретизацию требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

1.2. Цель программы "Ритмика и танец"

формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих **задач**:

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально- ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений; - формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;

приоритетными для учебного предмета «Ритмика» на этапе основного общего образования являются:

В познавательной деятельности:

- использование наблюдений, измерений и моделирования;
- комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения;
- исследование несложных практических ситуаций.

В информационно-коммуникативной деятельности:

- умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге;
- умение составлять планы и конспекты;
- умение использовать знаковые системы (таблицы, схемы и т.п.).

В рефлексивной деятельности:

- самостоятельная организация учебной деятельности;
- владение навыками контроля и оценки своей деятельности;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- владение умениями совместной деятельности.

В результате освоения физической культуры выпускник основной школы:

Узнает:

- роль хореографии в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

Научится:

составлять движения и танцевать с учетом индивидуальных особенностей организма;

- выполнять упражнения (комбинации), хореографические действия;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и танцевальной подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений и танцев;

Научится объяснять:

- роль и значение танца в развитии общества и человека;
- цели и принципы современного хореографического движения, его роль и значение в современном мире
- роль и значение занятий хореографической культурой в укреплении здоровья человека, профилактика вредных привычек, ведения здорового образа жизни.

Научится характеризовать:

- индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- особенности обучения и самообучения двигательным действиям;
- особенности развития физических качеств на занятиях танца;

Научится соблюдать правила:

- личной гигиены и здорового образа жизни;
- организации и проведения самостоятельных занятий танца;
- культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и мероприятий;
- профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах;

классического танца	классического танца	
Народный танец	Основные направления народного танца	4
	Вару- Вару 1 фигура	6
	Вару-Вару 2 фигура	6
	Вару-Вару 3фигура	6
	Композиция Вару-Вару	6
	Вару-Вару композиция	6
Азбука классического танца	партерная гимнастика музыкальные игры	4
	Азбука классического танца	4
	1 пор де бра для рук	4
	Перегибы корпуса	4
	Игровой урок «По дорогам сказок»	4
Современная детская хореография		
	Полька.	4
	Полька.	4
	Полька.	4
	Полька.	4
Азбука классического танца	Азбука классического танца.	4
Народный танец	Бурятский танец основные движения	4
	Бурятский танец движения рук, ног	4
	Бурятские народные игры	4
	Ехор. Приветственный.	4
	Ехор. Приветственный	4
	Ехор. Приветственный	4
	Партерная гимнастика	4
Азбука классического танца	Азбука классического танца	6
	партерная гимнастика музыкальные игры	4
Бальный танец	Бальный танец вальс	4
	Бальный танец вальс	4
	Бальный танец вальс	4
	Бальный танец вальс	4
	Бальный танец вальс	4
	Бальный танец вальс	4
	«Вальс цветов» урок игра	4
Итого		144

