

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ОМСКА
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ОМСКА
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ОКТЯБРЬСКОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА»

Принята на заседании
методического Совета от
31.05.2024 года
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор
БОУ ДО г. Омска «ДДТ ОАО»
_____ Ю.В.Плоцкая
31.05.2024 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Ритмика как подготовительная ступень
к спортивным бальным танцам»
(стартовый уровень)

Возраст учащихся – 4-6 лет
Срок реализации – 1 год
Трудоёмкость программы - 144 часа
Форма обучения - очная

Авторы - составители:
Петрова Анастасия Николаевна,
Овчаренко Олеся Евгеньевна,
педагоги дополнительного образования

Омск, 2024 г.

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика как подготовительная ступень к спортивным бальным танцам» имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню сложности содержания образования является программой стартового уровня.

В результате обучения по программе у учащихся будут сформированы основы чувства ритма, умение согласовывать движения с музыкой, ориентироваться в пространстве, исполнять несложные танцевальные движения, взаимодействовать в коллективе.

Целью программы является развитие музыкально-ритмических, координационных способностей и культуры движений учащихся средствами ритмики.

После обучения по программе учащийся:

- овладеет основами музыкальной грамоты - ритм, музыкальный размер, характер музыки, темп;
- ознакомится с основной танцевальной терминологией, особенностями различных танцевальных стилей;
- освоит элементарные танцевальные умения и навыки;
- научится чувствовать музыку, эмоционально реагировать в соответствии с характером музыки.

Срок реализации программы - 1 год. Трудоемкость программы 144 часа. Принимаются все желающие в возрасте 4-6 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. При зачислении наличия базовых знаний и специальной подготовки не требуется.

Оглавление

1. Пояснительная записка	4
2. Учебно-тематический план	8
3. Содержание	9
4. Календарный учебный график	17
5. Контрольно-оценочные средства	22
6. Условия реализации программы	26
7. Список литературы	28

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика, как подготовительная ступень к спортивным бальным танцам» является программой *физкультурно-спортивной направленности*, по уровню сложности содержания образования является программой *стартового уровня*.

В результате обучения по программе у учащихся будут сформированы основы чувства ритма, умение согласовывать движения с музыкой, ориентироваться в пространстве, исполнять несложные танцевальные движения, взаимодействовать в коллективе.

Актуальность программы определяется:

- Государственной политикой Российской Федерации в сфере образования: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года и др.
- Социальным заказом общества - потребностями и интересами учащихся, их родителей.
- Современными требованиями, связанными с развитием физических и творческих способностей учащихся.

Для успешного обучения детей спортивным бальным танцам в дошкольном возрасте учащиеся должны обладать достаточным уровнем развития музыкально-ритмических, координационных способностей и физической подготовки. Программа «Ритмика, как подготовительная ступень к спортивным бальным танцам» обеспечивает подготовку будущих танцоров.

Педагогическая целесообразность. Занятия ритмикой обеспечивают удовлетворение физиологической потребности детей старшего дошкольного возраста в движении, обеспечивая работу всех групп мышц и суставов. Сочетание музыки и движения определяет эмоциональную вовлеченность учащихся, стимулируя физическое развитие организма без перегрузок. В процессе реализации программы активизируется творческий потенциал, создаётся атмосфера поиска, радости, удовольствия, что способствует удовлетворению индивидуальных потребностей и интересов, благоприятно сказывается на физическом и психологическом здоровье детей.

Особенности организации образовательного процесса. Обучение по программе «Ритмика как подготовительная ступень к спортивным бальным танцам» обладает большим потенциалом эмоционального, психологического, социального воздействия. Ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте является игра, поэтому учебные занятия носят игровой характер. Обучение организовано с учётом возрастающей потребности дошкольников в

общении со сверстниками в процессе совместной эмоционально насыщенной деятельности. Во время музыкально-творческой деятельности развивается способность к импровизации, спонтанность, эмоциональность, навыки невербального общения, умение сотрудничать и взаимодействовать.

Адресат программы – все желающие в возрасте 4-6 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, желающие научиться свободно владеть своим телом, выразительно и музыкально двигаться, выполнять красивые танцевальные движения. При зачислении наличия базовых знаний и специальной подготовки не требуется. Зачисление осуществляется по желанию учащегося и заявлению родителя (законного представителя). При наличии свободных мест учащиеся зачисляются по результатам собеседования на любом этапе обучения в указанном возрастном диапазоне.

Состав групп постоянный, наполняемость в группах составляет 10 человек. Допускаются совместные занятия учащихся разного возраста в одной группе, при этом осуществляется дифференцированный подход с учётом индивидуальных особенностей каждого учащегося.

Возрастные и психологические особенности детей. Дети 4-6 лет чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Движение малышей ещё недостаточно точные и скоординированные, у них плохо развито чувство равновесия, поэтому объём и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят игровой характер. У детей в этом возрасте есть потребность в движениях под музыку, у них легко формируются умения использовать знакомые движения в игровых ситуациях.

Для восприятия и передачи музыкального образа дети осваивают более простые композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения, более простые схемы перестроений и элементарные танцевальные движения.

Этот возрастной период характеризуется высоким темпом развития координационных способностей, которые являются необходимыми предпосылками для успешного обучения физическим упражнениям, танцевальным движениям. В течение шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы – возбуждение и особенно торможение, что благотворно сказывается на возможностях саморегуляции.

Срок реализации программы - 1 год.

Трудоёмкость программы 144 часа.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю, по 2 часа. Продолжительность одного академического часа 25 минут, перерыв между часами - 10 минут.

Форма обучения – очная.

Форма организации деятельности объединения – учебная группа.

Формы организации деятельности учащихся:

- индивидуальная,
- групповая,
- фронтальная.

Формы организации образовательного процесса: практическое учебное занятие, беседа, игра, исполнительское учебное занятие, репетиция и др.

Цель: развитие музыкально-ритмических, координационных способностей и культуры движений учащихся средствами ритмики.

Задачи:

- воспитывать волевые качества личности учащихся, чувство взаимопонимания и поддержки, навыки коммуникативной культуры;
- развивать эмоционально-образную отзывчивость на музыку, чувство ритма, умение согласовывать движение с музыкой, ориентироваться в пространстве, быстроту реакции;
- знакомить с особенностями танцевальных стилей;
- формировать основы музыкальной грамоты, элементарные танцевальные умения и навыки.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты.

После окончания обучения по программе учащихся:

- будет проявлять инициативу и самостоятельность в процессе коллективной игры, танца и в общении;
- будет обладать установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, будет способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять свои чувства, проявлять чувство веры в себя;
- будет способен к волевым усилиям.

Метапредметные результаты.

После окончания обучения по программе учащихся:

- будет способен к принятию собственных решений, с опорой на свои знания и умения;
- будет соблюдать нормы поведения и правила в разных видах деятельности;
- научится договариваться в процессе сотрудничества, учитывать интересы и чувства других.

Результаты по направленности (профилю) программы.

После окончания обучения по программе учащихся:

- овладеет основами музыкальной грамоты - ритм, музыкальный размер, характер музыки, темп;
- ознакомится с основной танцевальной терминологией, особенностями различных танцевальных стилей;
- освоит элементарные танцевальные умения и навыки;
- научится чувствовать музыку, эмоционально реагировать в соответствии с характером музыки.

Способы определения планируемых результатов:

- текущий контроль;
- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация.

Порядок получения документа об обучении. Учащиеся, успешно освоившие обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ритмика, как подготовительная ступень к спортивным бальным танцам», получают документ об обучении установленного образца.

Учебно-тематический план

№	Название разделов, тем	Количество часов
1.	Ритмические упражнения.	18
1.1.	Вводное занятие. Игры под музыку.	2
1.2.	Музыкально-ритмические упражнения.	8
1.3.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	4
1.4.	Упражнения на координацию движений.	4
2.	Партерная гимнастика.	18
2.1.	Упражнения на гибкость и силу.	8
2.2.	Упражнения на развитие силы мышц.	6
2.3.	Статические упражнения.	4
3.	Отечественная программа.	60
3.1.	Просмотр и разбор «Танца маленьких утят».	4
3.2.	Поэтапное разучивание «Танца маленьких утят».	8
3.3.	Просмотр и разбор «Танца маленьких ковбоев».	4
3.4.	Поэтапное разучивание «Танца маленьких ковбоев».	8
3.5.	Просмотр и разбор танца «Полька».	4
3.6.	Поэтапное разучивание танца «Полька».	8
3.7.	Прослушивание материала «Современные ритмы».	4
3.8.	Поэтапное разучивание движений «Современные ритмы».	8
3.9.	Прослушивание материала «Вару-вару».	4
3.10.	Поэтапное разучивание движений «Вару-вару».	8
4.	Танцы-игры.	20
4.1.	Музыкально-подвижные игры.	8
4.2.	Танцевальные этюды.	8
4.3.	Музыкально-образные игры.	4
5.	Программы спортивных танцев.	28
5.1.	Прослушивание музыкального материала Европейской программы.	4
5.2.	Разучивание, отработка движений Европейской программы.	8
5.3.	Прослушивание музыкального материала Латиноамериканской программы.	4
5.4.	Разучивание, отработка движений Латиноамериканской программы.	8
5.5.	Итоговое занятие. Танцевальные этюды.	4
	Итого	144

Содержание

1. Ритмические упражнения.

1.1. Вводное занятие. Игры под музыку.

Формы проведения занятия: практическое учебное занятие, беседа, обучающая игра, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: режим работы, техника безопасности, санитарно-гигиенические нормы, паркетный зал.

Практическая работа. Знакомство педагога с учащимися. Режим работы. План учебного года. Инструктаж по технике безопасности. Санитарно-гигиенические нормы в паркетном зале. Правила дорожного движения.

Игры под музыку, простые движения.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

1.2. Музыкально-ритмические упражнения.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, обучающая игра, игра-импровизация, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: ритм, ритмический рисунок, такт, затакт, музыкальный размер, характер музыки, темп, сильная доля такта, слабая доля такта.

Практическая работа. Ритм, ритмический рисунок. Такт и затакт. Музыкальный размер, характер музыки, темп. Чередование сильной и слабой долей такта.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнения на согласование движений с музыкой: хлопки в такт с музыкой с соблюдением ритмического рисунка, акцентируя разные доли такта. Акцентированная ходьба с одновременным махом и согнутыми руками, движения руками в различном темпе. Начало и окончание движения вместе с музыкой, движение в различных темпах, хлопки и удары ногой на сильную долю такта. Ходьба на каждый счёт и через счёт и другие сочетания ритмического рисунка.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

1.3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, обучающая игра, игра-импровизация, командная игра.

Теоретические понятия и термины: точка зала, линия, шеренга, колонна, круг, интервал.

Практическая работа: Точка зала, линия, шеренга, колонна, круг, интервал. Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга. Повороты на месте - строевые. Построение в круг из шеренги, колонны, цепочки и обратно. Продвижение на углах, с прыжком - вправо, влево. Продвижения по кругу - внешнему и внутреннему, звёздочка. Конверт по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

1.4. Упражнения на координацию движений.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: согласованность движений.

Практическая работа. Согласованность движений. Перекрестное поднятие и опускание рук - правая рука вверх, левая вниз. Одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперёд, левой вверх. Выставление левой ноги вперёд, правой руки перед собой, правой ноги в сторону, левой руки в сторону и т.д.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

2. Партерная гимнастика.

2.1. Упражнения на гибкость и силу.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: положение рук, положение ног, махи ногами, махи руками.

Практическая работа. Положение рук и ног. Махи ногами и руками.

Растяжки, упражнения на гибкость и силу. Работа на полу лёжа на спине - махи прямыми ногами; лёжа на животе – вытягивание корпуса на прямых руках «качалочка», «корзиночка». Работа стоя на коленях - махи назад, прогибы в спине.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

2.2. Упражнения на развитие силы мышц.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: положение корпуса, пресс, ножницы.

Практическая работа. Положение корпуса. Упражнения на развитие силы мышц – «пресс», «ножницы» вперёд в стороны.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

2.3. Статические упражнения.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: берёзка, мостик, бабочка.

Практическая работа. Статические упражнения – «берёзка», «мостик», «бабочка».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

3. Отечественная программа.

3.1. Просмотр и разбор «Танца маленьких утят».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, обучающая игра, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: отечественная программа, положение рук, положение ног, характер музыки, сильные доли.

Практическая работа. Знакомство с отечественной программой: название танцев, музыка, положение рук и ног. Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли. Просмотр танца «Танец маленьких утят» под музыку, разбор каждого движения отдельно.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание.

3.2. Поэтапное разучивание «Танца маленьких утят».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, обучающая игра, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: положение рук, положение ног, характер музыки, сильные доли.

Практическая работа. Подскоки с высоко поднятым коленом, работа рук, подъём на полупальцы. Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций, соединение изученного воедино. Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание.

3.3. Просмотр и разбор «Танца маленьких ковбоев».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, игровой практикум, игра-импровизация, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: показ танца, разбор движения, музыка, сильные доли такта.

Практическая работа. Показ танца под музыку. Разбор каждого движения отдельно. Музыка. Сильные доли такта. Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли. Просмотр танца «Танец маленьких ковбоев». Работа ног – колен. Работа прямых рук, одновременное движение рук и ног.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

3.4. Поэтапное разучивание «Танца маленьких ковбоев».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, игровой практикум, игра-импровизация, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: показ танца, разбор движения, музыка, сильные доли такта.

Практическая работа. Работа ног – колен. Работа прямых рук, одновременное движение рук и ног. Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций, соединение изученного воедино. Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

3.5. Просмотр и разбор танца «Полька».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: полька, жанр хореографии, характерные черты, характер музыки, сильные доли, эмоциональная выразительность.

Практическая работа. Полька как жанр хореографии, его характерные черты. Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли. Просмотр танца «Полька» под музыку. Разбор каждого движения отдельно. Приставные шаги в сторону, вправо и влево. Хлопки ритмичные. Одновременное движение руками и ногами.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

3.6. Поэтапное разучивание танца «Полька».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: полька, жанр хореографии, характерные черты, характер музыки, сильные доли, эмоциональная выразительность.

Практическая работа. Приставные шаги в сторону, вправо и влево. Хлопки ритмичные. Одновременное движение руками и ногами. Поэтапное

разучивание, отработка движений и комбинаций, соединение изученного воедино. Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

3.7. Прослушивание материала «Современные ритмы».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, игра-импровизация, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: характер музыки, сильные доли, дискошаг.

Практическая работа. Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли. Шаги в сторону вправо и влево, хлопки руками, прыжки, повороты.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание.

3.8. Поэтапное разучивание движений «Современные ритмы».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, игра-импровизация, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: характер музыки, сильные доли, дискошаг.

Практическая работа. Шаги в сторону вправо и влево, хлопки руками, прыжки, повороты. Приставные шаги в сторону дискошагом, повороты, работа рук и ног одновременно.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание.

3.9. Прослушивание материала «Вару-вару».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: марш, жанр музыки, маршевые шаги.

Практическая работа. Марш как жанр музыки. Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли. Маршевые шаги в стороны, каблук, носок, прыжки, подскоки, хлопки.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

3.10. Поэтапное разучивание движений «Вару-вару».

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: марш, жанр музыки, маршевые шаги.

Практическая работа. Маршевые шаги в стороны, каблук, носок, прыжки, подскоки, хлопки. Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций, соединение изученного воедино. Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

4. Танцы - игры.

4.1. Музыкально-подвижные игры.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: игровое взаимодействие, музыкально-подвижные игры.

Практическая работа. Правила игрового взаимодействия. Музыкально-подвижные игры: «Найди свое место», «Птица без гнезда», «Карлики и великаны».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

4.2. Танцевальные этюды.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, игра-импровизация, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: игровое взаимодействие, танцевальные этюды.

Практическая работа. Танцевальные этюды: «Стирка», «Белоснежка и семь гномов», «Полька», «Дискотека в лесу», «Здравствуй, это я!», «Регулировщик», «Гусачок», «Часики».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

4.3. Музыкально-образные игры.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, игра-импровизация, самостоятельная работа, командная игра.

Теоретические понятия и термины: игровое взаимодействие, музыкально-образные игры.

Практическая работа. Игровое взаимодействие. Музыкально-образные игры. Творческие музыкально-образные игры.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольное задание, контрольные упражнения.

5. Программы спортивных танцев.

5.1. Прослушивание музыкального материала Европейской программы.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: европейская программа, медленный вальс, простые фигуры.

Практическая работа. Особенности европейской программы: история, танцы, входящие в состав. Медленный вальс. Простые фигуры.

Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли такта.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание, контрольные упражнения.

5.2. Разучивание, отработка движений Европейской программы.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: европейская программа, медленный вальс, простые фигуры.

Практическая работа. Медленный вальс. Простые фигуры.

Музыка, хлопки в сильную долю. Правая и левая перемена вперёд и назад. Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание, контрольные упражнения.

5.3. Прослушивание музыкального материала Латиноамериканской программы.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: латиноамериканская программа, ча-ча-ча, простые фигуры, сильная доля такта, синкопированный ритм, таймс-степ, основной шаг.

Практическая работа. Особенности латиноамериканской программы: история, танцы, входящие в её состав. Ча-ча-ча, простые фигуры. Сильная доля такта, синкопированный ритм.

Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли такта. Ча-ча-ча, таймс-степ, основной шаг.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

5.4. Разучивание, отработка движений Латиноамериканской программы.

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, самостоятельная работа.

Теоретические понятия и термины: латиноамериканская программа, ча-ча-ча, простые фигуры, сильная доля такта, синкопированный ритм, таймс-степ, основной шаг.

Практическая работа. Ча-ча-ча, простые фигуры. Сильная доля такта, синкопированный ритм.

Ча-ча-ча, таймс-степ, основной шаг. Разучивание, отработка движений и комбинаций. Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

5.5. Итоговое занятие. Танцевальные этюды.

Формы проведения занятия: практическое учебное занятие, самостоятельная работа.

Практическая работа. Самостоятельное выступление. Танцевальные этюды. Подведение итогов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, выступление.

Календарный учебный график

№ п\п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1		1. Ритмические упражнения. 1.1. Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности. Игры под музыку.	2
2		1.2. Музыкально-ритмические упражнения.	Ритм, ритмический рисунок. Отстукивание простых ритмических рисунков.	2
3		1.2. Музыкально-ритмические упражнения.	Упражнения на согласование движений с музыкой: хлопки в такт с музыкой с соблюдением ритмического рисунка, акцентируя разные доли такта	2
4		2. Партерная гимнастика. 2.1. Упражнения на гибкость и силу.	Положение рук и ног. Растяжки, упражнения на гибкость и силу.	2
5		3. Отечественная программа. 3.1. Просмотр и разбор «Танца маленьких утят».	Знакомство с отечественной программой. Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли.	2
6		3.2. Поэтапное разучивание «Танца маленьких утят».	Подскоки с высоко поднятым коленом, работа рук, подъём на полупальцы.	2
7		4. Танцы-игры. 4.1. Музыкально-подвижные игры.	Правила игрового взаимодействия. Танцевальные этюды «Стирка», «Белоснежка и семь гномов».	2
8		5. Программы спортивных танцев. 5.1. Прослушивание музыкального материала Европейской программы.	Особенности европейской программы: история, танцы, входящие в состав.	2
9		1.2. Музыкально-ритмические упражнения.	Такт и затакт. Музыкальный размер, характер музыки, темп. Движение в различных темпах.	2
10		2.1. Упражнения на гибкость и силу.	Положение корпуса. Махи ногами и руками. Растяжки, упражнения на гибкость и силу.	2
11		3.1. Просмотр и разбор «Танца маленьких утят».	Просмотр танца «Танец маленьких утят» под музыку, разбор каждого движения отдельно.	2

12		3.2. Поэтапное разучивание «Танца маленьких утят».	Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций, соединение изученного воедино.	2
13		3.2. Поэтапное разучивание «Танца маленьких утят».	Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций.	2
14		3.2. Поэтапное разучивание «Танца маленьких утят».	Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.	2
15		4.1. Музыкально-подвижные игры.	Музыкально-подвижные игры: «Найди свое место».	2
16		5.2. Разучивание, отработка движений Европейской программы.	Медленный вальс. Простые фигуры.	2
17		1.2. Музыкально-ритмические упражнения.	акцентированная ходьба с одновременным махом и согнутыми руками, движения руками в различном темпе	2
18		2.1. Упражнения на гибкость и силу.	Положение рук и ног. Растяжки, упражнения на гибкость и силу.	2
19		3.3. Просмотр и разбор «Танца маленьких ковбоев».	Показ танца под музыку. Разбор каждого движения отдельно.	2
20		3.3. Просмотр и разбор «Танца маленьких ковбоев».	Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли.	2
21		3.4. Поэтапное разучивание «Танца маленьких ковбоев».	Музыка. Сильные доли такта. Просмотр танца «Танец маленьких ковбоев».	2
22		3.4. Поэтапное разучивание «Танца маленьких ковбоев».	Работа ног – колен. Работа прямых рук, одновременное движение рук и ног.	2
23		4.1. Музыкально-подвижные игры.	Музыкально-подвижные игры: «Птица без гнезда».	2
24		5.1. Прослушивание музыкального материала Европейской программы.	Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли такта.	2
25		1.3. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Точка зала, линия, шеренга, колонна, круг, интервал. Упражнения на ориентировку в пространстве	2
26		2.1. Упражнения на гибкость и силу.	Работа на полу лёжа на спине - махи прямыми ногами; лёжа на животе – вытягивание корпуса на прямых руках «качалочка», «корзиночка».	2
27		3.4. Поэтапное разучивание «Танца маленьких ковбоев».	Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций. Промежуточная аттестация.	2

28		3.4. Поэтапное разучивание «Танца маленьких ковбоев».	Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.	2
29		3.5. Просмотр и разбор танца «Полька».	Полька как жанр хореографии, его характерные черты.	2
30		3.5. Просмотр и разбор танца «Полька».	Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли.	2
31		4.1. Музыкально-подвижные игры.	Музыкально-подвижные игры: «Карлики и великаны».	2
32		5.2. Разучивание, отработка движений Европейской программы.	Медленный вальс. Музыка, хлопки в сильную долю.	2
33		5.5. Итоговое занятие.	Танцевальные этюды. Промежуточная аттестация.	2
34		2.2. Упражнения на развитие силы мышц.	Положение корпуса. Работа на полу лёжа на спине, лёжа на животе.	2
35		3.6. Поэтапное разучивание танца «Полька».	Просмотр танца «Полька» под музыку. Разбор каждого движения отдельно.	2
36		1.3. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга.	2
37		3.6. Поэтапное разучивание танца «Полька».	Приставные шаги в сторону, вправо и влево. Хлопки ритмичные.	2
38		3.6. Поэтапное разучивание танца «Полька».	Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций.	2
39		3.6. Поэтапное разучивание танца «Полька».	Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.	2
40		4.2. Танцевальные этюды.	Танцевальные этюды «Белоснежка и семь гномов», «Полька».	2
41		1.4. Упражнения на координацию движений.	Согласованность движений. Перекрестное поднятие и опускание рук - правая рука вверх, левая вниз.	2
42		2.2. Упражнения на развитие силы мышц.	Работа стоя на коленях - махи назад, прогибы в спине.	2
43		3.7. Прослушивание материала «Современные ритмы».	Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли.	2
44		3.7. Прослушивание материала «Современные ритмы».	Шаги в сторону вправо и влево, хлопки руками, прыжки, повороты.	2

45		3.9. Прослушивание материала «Вару-вару».	Марш как жанр музыки.	2
46		3.9. Прослушивание материала «Вару-вару».	Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли.	2
47		3.8. Поэтапное разучивание движений «Современные ритмы».	Шаги в сторону вправо и влево, хлопки руками, прыжки, повороты.	2
48		4.2. Танцевальные этюды.	Танцевальные этюды «Регулировщик», «Гусачок».	2
49		1.4. Упражнения на координацию движений.	Одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперёд, левой вверх.	2
50		2.3. Статические упражнения.	Статические упражнения – «берёзка», «бабочка».	2
51		3.8. Поэтапное разучивание движений «Современные ритмы».	Приставные шаги в сторону дискошагом, повороты, работа рук и ног одновременно.	2
52		3.8. Поэтапное разучивание движений «Современные ритмы».	Приставные шаги в сторону дискошагом, повороты, работа рук и ног одновременно.	2
53		3.8. Поэтапное разучивание движений «Современные ритмы».	Шаги в сторону вправо и влево, хлопки руками, прыжки, повороты.	2
54		3.10. Поэтапное разучивание движений «Вару-вару».	Прослушивание и анализ музыкального материала: характер музыки, сильные доли.	2
55		4.2. Танцевальные этюды.	Танцевальные этюды «Полька», «Дискоотека в лесу».	2
56		5.2. Разучивание, отработка движений Европейской программы.	Музыка, хлопки в сильную долю. Правая и левая перемена вперед и назад.	2
57		3.10. Поэтапное разучивание движений «Вару-вару».	Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.	2
58		2.2. Упражнения на развитие силы мышц.	Упражнения на развитие силы мышц – «пресс», «ножницы» вперёд в стороны.	2
59		3.10. Поэтапное разучивание	Маршевые шаги в стороны, каблук, носок, прыжки, подскоки, хлопки.	2

		движений «Вару-вару».		
60		5.2. Разучивание, отработка движений Европейской программы.	Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.	2
61		4.2. Танцевальные этюды.	Танцевальные этюды «Здравствуй, это я!», «Регулировщик».	2
62		5.3. Прослушивание музыкального материала Латиноамериканской программы.	Особенности латиноамериканской программы: история, танцы, входящие в её состав.	2
63		5.3. Прослушивание музыкального материала Латиноамериканской программы.	Ча-ча-ча, простые фигуры. Сильная доля такта, синкопированный ритм.	2
64		5.4. Разучивание, отработка движений Латиноамериканской программы.	Ча-ча-ча, таймс-степ, основой шаг. Разучивание, отработка движений и комбинаций.	2
65		2.3. Статические упражнения.	Статические упражнения – «берёзка», «мостик».	2
66		5.4. Разучивание, отработка движений Латиноамериканской программы.	Разучивание, отработка движений и комбинаций.	2
67		4.3. Музыкально-образные игры.	Танцевальные этюды «Часики».	2
68		5.4. Разучивание, отработка движений Латиноамериканской программы.	Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.	2
69		4.3. Музыкально-образные игры.	Творческие музыкально-образные игры.	2
70		5.4. Разучивание, отработка движений Латиноамериканской программы.	Работа над координацией движений, эмоциональной выразительностью.	2
71		3.10. Поэтапное разучивание движений «Вару-вару».	Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций.	2
72		5.5. Итоговое занятие.	Танцевальные этюды. Итоговая аттестация.	2
Итого часов:				144

Контрольно-оценочные средства

Формы контроля и подведения итогов реализации ДООП «Ритмика, как подготовительная ступень к спортивным бальным танцам»

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Текущий контроль		
В течение всего учебного года.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности учащихся к восприятию нового материала. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание
Промежуточная аттестация		
В конце полугодия.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Педагогическое наблюдение, контрольное задание, выступление
Итоговая аттестация		
В конце учебного года	Определение изменения уровня развития учащихся, их способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальнейшее обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Педагогическое наблюдение, выступление

Основными *критериями* усвоения материала являются:

- музыкальное восприятие - определение характера мелодии, момента изменения мелодии, музыкальные размеры, понятие о такте, слабая и сильная доли;
- чувство ритма;
- умение согласовывать музыку с движением, двигаться в такт музыке;
- знания из области хореографии - основные танцевальные движения, постановка ног, техника исполнения, умение правильно выполнить движение.

При реализации программы для оценки *личностных и метапредметных результатов* осуществляется педагогическое наблюдение за поведенческими проявлениями учащихся в процессе обучения и коммуникации между участниками учебной группы. Оценочным инструментом является карта наблюдений, в которой фиксируется проявление учащимися качеств с использованием 10-балльной шкалы. Фиксация результатов осуществляется два раза в год.

Оценка результатов по направленности программы. Для определения степени освоения учащимися программного содержания осуществляется текущий контроль в форме бесед, педагогического наблюдения за выполнением практических заданий.

Промежуточная и итоговая аттестация осуществляется в конце первого и второго полугодия соответственно. Оценочной процедурой является итоговое занятие. Итоговое занятие состоит из двух частей. Первая часть занятия направлена на определение того, насколько теоретические знания учащихся соответствуют программным требованиям, насколько учащиеся правильно и осознанно употребляют специальные термины; проходит в игровой форме – в виде групповой викторины с уточняющими индивидуальными вопросами. Вторая часть занятия практическая, заключается в демонстрации практических умений учащихся.

По итогам освоения программы по каждой группе результатов (личностные, метапредметные, по направленности программы) определяются среднее значение, которое соотносится с уровнем образовательных достижений:

- повышенный уровень - от 8 до 10 баллов;
- базовый уровень - от 4 до 7 баллов;
- пониженный уровень от 0 до 3 баллов.

Критерии оценки результативности ДООП

Критерии	Степени выраженности критерия	Баллы
Достижение личностных результатов		
Способность к волевым усилиям	проявляет настойчивость в достижении целей, не отвлекается от них в процессе выполнения; проявляет инициативу и самостоятельность в процессе коллективной игры, танца и в общении	8-10
	имеет неустойчивое внимание, иногда проявляет пассивность в выполнении некоторых видов в движении, не всегда добивается поставленной цели, иногда равнодушен при выполнении заданий, в случае затруднений при выполнении задания обращается за помощью педагога	4-7
	часто отвлекается на занятии, не реагирует на замечания, всегда пассивен, не обращает внимание на качество выполнения упражнения, в случае затруднений отказывается от выполнения задания	0-3
Сформированность установки положительного отношения к миру и себе	обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства; проявляет чувство веры в себя	8-10
	В целом имеет установку положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, иногда не проявляет сопереживания или соучастия другим в успехе или неудаче;	4-7

	не всегда адекватно проявляет свои чувства; проявляет чувство веры в себя при поддержке педагога	
	проявляет безразличное, иногда негативное отношение к миру, к другим людям, не проявляет сопереживания или соучастия, не умеет радоваться успехам других; не верит в свои силы, постоянно нуждается в поддержке, подбадривании со стороны педагога	0-3
Достижение метапредметных результатов		
Сформированность умений сотрудничества	проявляет позитивное отношение к совместной деятельности, умеет работать в паре, в группе, учитывает мнения других	8-10
	к совместной деятельности проявляет нейтральное или позитивное отношение; не всегда готов учитывать мнения, отличные от собственного; работает в паре, в группе, иногда прибегая к помощи педагога	4-7
	проявляет нейтральное или отрицательное отношение к совместной деятельности; при групповой работе не активен; может работать в паре, в группе лишь под руководством педагога	0-3
Соблюдение этических норм и правил	Осознаёт и всегда следует общепринятым нормам и правилам поведения в разных видах деятельности (в игре, в общении, взаимодействии с партнёром в танце)	8-10
	Осознаёт и почти всегда следует общепринятым нормам и правилам поведения	4-7
	недостаточно осознаёт общепринятым нормам и правилам поведения, часто нарушает	0-3
Сформированность эмоционально-образной отзывчивости	Понимает, чувствует характер музыки и движения, проявляет эмоциональные реакции адекватно характеру музыки и танца; передает настроение в движении	8-10
	Понимает, чувствует характер музыки и движения, но нуждается в пояснениях педагога, как правило, проявляет эмоциональные реакции адекватно характеру музыки и танца; передает настроение в движении при направляющей роли педагога	4-7
	Не чувствует характер музыки и проявляет эмоциональные реакции неадекватно характеру музыки	0-3
Результаты по направленности (профилю) программы		
Теоретическая подготовка	Знает основные понятия музыкальной грамоты (ритм, музыкальный размер, характер музыки, темп, динамика), разные жанры музыки и танца и их отличительные особенности; понимает и использует танцевальную терминологию; знает названия положений рук и ног; знает танцы, входящие в европейскую, латиноамериканскую программы, их простые фигуры; знает направления движения, правила общения с партнёром	8-10
	Испытывает затруднения в понимании отдельных понятий музыкальной грамоты; знает разные жанры музыки и танца, но не всегда может выделить их отличительные особенности; понимает танцевальную терминологию, однако не всегда применяет в речи; знает названия положений рук и ног	4-7

	Имеет фрагментарные знания, избегает употреблять термины, либо употребляет с искажённым пониманием смысла	0-3
Сформированность координации движений	Хорошо ориентируется в пространстве, может быстро сменить движение и/или его направление, менять темп выполнения движения в соответствии с задачей; может выполнять движения в такт с музыкой или счётом, согласуя движения с другими детьми, выполняя движения и элементы, сохраняет равновесие	8-10
	ориентируется в пространстве, как правило, может быстро сменить движение и/или его направление, менять темп выполнения движения в соответствии с задачей; может выполнять движения в такт с музыкой или счётом, но иногда нуждается в помощи педагога, для согласования движения с другими детьми нужно дополнительное время, выполняя движения и элементы, как правило, сохраняет равновесие	4-7
	Плохо ориентируется в пространстве, испытывает затруднения в смене движений и/или его направления, не всегда движения попадают в такт музыке или счёта, не может согласовать движения с другими детьми, выполняя движения и элементы, с трудом сохраняет равновесие	0-3
Практическая подготовка	Умеет ритмично двигаться, передавать движениями ритмический рисунок (хлопками, притопами и др.), ориентируется в хореографическом зале; выполнять движение в заданном направлении и темпе, держать линию, интервал; исполнять несложные танцевальные движения, элементарные танцевальные комбинации; «чувствует» музыку, эмоционально реагирует в соответствии с характером музыки	8-10
	Как правило, может передавать движениями ритмический рисунок (хлопками, притопами и др.), ориентируется в хореографическом зале, не всегда удаётся держать линию, интервал; исполняет несложные танцевальные движения, элементарные танцевальные комбинации; не всегда «чувствует» музыку	4-7
	Испытывает затруднения при передаче движениями ритмического рисунка (хлопками, притопами и др.), не всегда ориентируется в пространстве, может путать направление движения, не держит линию, интервал; нуждается в постоянной поддержке при исполнении несложных танцевальных движений, элементарных танцевальных комбинаций; не «чувствует» музыку	0-3

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Для эффективной реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- танцевальный класс со специальным покрытием пола (паркет), оборудованный зеркалами, вентиляционной системой;
- отдельные раздевалки для девочек и мальчиков;
- аудиоаппаратура (музыкальный центр);
- аудио и видео материалы;
- компьютер с выходом в интернет;
- мультимедийный проектор или большой видеомонитор (в доступе в учреждении);
- гимнастические коврики – 10 шт.

Для учащихся необходима специальная одежда: лёгкая, мягкая обувь, обеспечивающая свободу движений (чешки, балетки); лосины и купальник. Для выступлений необходимы концертные костюмы.

Информационно-образовательные ресурсы.

Раздел программы	Название ресурса
Ритмические упражнения.	Динамические оттенки. Музыка 23. Шишкина школа. [обучающее видео для детей] // YouTube. (https://www.youtube.com/watch?v=OvPiN1TAN00)
Ритмические упражнения.	Длительность звука. Музыка. Шишкина школа оттенки [обучающее видео для детей] // YouTube. (https://youtu.be/Cjv5q9I5SAQ)
Ритмические упражнения.	Музыкальный размер. Доли и такт. Музыка 46. Шишкина школа [обучающее видео для детей] // YouTube. (https://youtu.be/gF9E8XysGmc)

Учебно-методическое обеспечение.

Раздел программы	Учебно-методические материалы
Ритмические упражнения.	Наглядный дидактический материал «Длительность звука» («Арбузики»)
Упражнения на ориентировку в пространстве.	Наглядный дидактический материал «Точки зала» Мультимедийная презентация «Перестроения в танце»

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования.

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон № 273-ФЗ : [принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года : одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года]. – Москва : Эксмо, 2023. - 224 с. – Текст : непосредственный.
2. О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года: Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474. - Текст: электронный // Администрация президента: официальный сайт. - URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45726> (дата обращения: 30.05.2024).
3. Российская Федерация. Правительство. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года : [утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р] // Правительство Российской Федерации : официальный сайт. – URL: <http://static.government.ru/media/files/3fIgkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf> (дата обращения: 30.05.2024).
4. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам: Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629. - URL: <https://www.garant.ru/hotlaw/federal/1568418/> (дата обращения: 30.05.2024). - Режим доступа: Информационно-правовой портал Гарант.Ру. - Текст: электронный.
5. Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»: Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28- Текст: электронный// Российская газета – 2020. – 22 дек. – URL: <https://rg.ru/2020/12/22/rospotrebnadzor-post28-site-dok.html> (дата обращения: 30.05.2024).
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: утв. распор. Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р. -Текст: электронный// Российская газета. – 2015. - Федеральный выпуск № 122(6693) - URL: <https://rg.ru/2015/06/08/vospitanie-dok.html> (дата обращения: 30.05.2024).
7. О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»): письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242. - URL:

http://www.consultant.ru/document/Cons_doc_LAW_253132/02141b8dbdc2aba2883123b07d337c93806bad46 (дата обращения: 30.05.2024). - Режим доступа:

Система правовой поддержки Консультант Плюс: - Текст: электронный.

Список литературы для педагога:

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии / Т. К. Барышникова. – Санкт-Петербург : Люкси Респерс, 1996. - 256 с. – Текст : непосредственный.
2. Беликов, В. А. Образование. Деятельность. Личность / В. А. Беликов. – Москва : Академия Естествознания, 2010. - URL: <https://www.monographies.ru/ru/book/view?id=76> (дата обращения: 30.05.2024). - Текст: электронный.
3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика / С. Ф. Бурухин. – Москва : Юрайт, 2019. - 173 с. – Текст : непосредственный.
4. Гогоберидзе, А. Г. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения : учебник для вузов / А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева. – Санкт-Петербург : Питер, 2019. – 464 с. – Текст : непосредственный.
5. Гонина, О. О. Психология дошкольного возраста / О. О. Гонина. – Москва : Юрайт, 2020. - 425 с. – Текст : непосредственный.
6. Колесникова, Н. Н. Ритмическая гимнастика в детских образовательных учреждениях : учебно-методическое пособие / Н. Н. Колесникова. – Пинск : ПолесГУ, 2016. – 30 с. – Текст : непосредственный.
7. Кривопапенко, Е. И. Проектирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: методические рекомендации / Е. И. Кривопапенко, Л. А. Кучегура. – Омск : БОУ ДПО «ИРООО», 2019. – 40 с. – Текст : непосредственный.
8. Лукьянова, Е.А. Дыхание в хореографии : учебное пособие / Е.А. Лукьянова. - Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. - 184 с. – Текст : непосредственный.
9. Новиковская, О. А. Логоритмика для дошкольников в играх и упражнениях / О. А. Новиковская. – Санкт-Петербург : Корона Принт, 2018. – 272 с. – Текст : непосредственный.
10. Пустовойтова, М. Б. Ритмика для детей 3-7 лет / М. Б. Пустовойтова. – Москва : Книга по Требованию, 2008. - 184 с. – Текст : непосредственный.
11. Чибрикова-Луговская, А.Е. Ритмика / А.Е. Чибрикова-Луговская. – Москва : Дрофа, 2008. - 102 с. – Текст : непосредственный.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Жигалко, Е. Музыка, Фантазия, Игра : учебное пособие по ритмике, сольфеджио, слушанию музыки. Для детей 5-8 лет. Часть 1 / Е. Жигалко, Е. Казанская. – Москва : Композитор - Санкт-Петербург, 2015. – 534 с. – Текст : непосредственный.

2. Лопатина, А. 500 игр по темам в детском саду, школе и дома / А. Лопатина, М. Скребцова. – Москва : ИДЛи, 2013. - 320 с. – Текст : непосредственный.
3. Чибрикова-Луговская, А. Е. Ритмика / А. Е. Чибрикова-Луговская. – Москва : Дрофа, 2008. - 102 с. – Текст : непосредственный.
4. Юрье, Ж. Первый бал крольчонка Сыроежика / Ж. Юрье, Л. Жуанниго. – Москва : Махаон, 2010. -24 с. – Текст : непосредственный.