

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Муниципальное автономное учреждение города Кургана**

**"Гимназия № 30"**

**РАССМОТРЕНО**

**и ПРИНЯТО**

**Педагогическим советом  
Гимназии**

**Протокол № 1**

**от «30» августа 2023 г.**

**СОГЛАСОВАНО**

**Советом Гимназии**

**протокол № 1**

**от «30» августа 2023 г.**

**УТВЕРЖДЕНО**

**директор МАОУ**

**"Гимназия № 30"**

**Н.М. Кабанькова**

**Приказ № 275/1**

**от «30» августа 2023г**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Ритмика»**

**для обучающихся 1 классов**

**г. Курган, 2023г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Ритмика» составлена на основе ФГОС НОО (Федеральных Государственных образовательных стандартов начального образования), примерной программы по предмету «Физическая культура», а так же авторской программы по физическому воспитанию с оздоровительной направленностью для учащихся 1-9 классов общеобразовательных школ Курганской области под редакцией Л.З. Штода, ИПКРиО ; «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г; оздоровительно-развивающей программы «Са-Фи-Дансе» Ж.Е. Фирилевой и Е.Г.Сайкиной по танцевально-игровой гимнастике и учебно-методических пособий «Фитнес Данс» для педагогов дошкольных и школьных учреждений от 2006 года, Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» от 1989 года.

**Актуальность** программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Ритмика – это танцевально-игровые упражнения под музыку, которые учат импровизировать, чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

**Новизна** заключается в том, что оздоровительно - развивающая программа по ритмике включает новое направление в физическом воспитании, занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности младшего школьника средствами танцевально-игровой гимнастики.

### **Основные задачи:**

**Обучающая:** формировать необходимые двигательные навыки для укрепления собственного здоровья, развивать музыкальный слух и чувство ритма, научить согласовывать движения с музыкой.

**Развивающая:** способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

**Воспитательная:** способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

### **Особенностями данной программы** являются:

- учебное содержание каждого из разделов программы излагается в логике от общего к частному и от частного к конкретному;

-содержание программы функционально соотносится с организационными формами физического воспитания в школе.

-оздоровительно-развивающая программа по ритмике направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей младшего школьного возраста.

В программе «Ритмика» представлены различные разделы, но основными являются **теоретические сведения, упражнения на ориентировку в пространстве, ритмико-**

## **гимнастические упражнения, танцевально-ритмическая гимнастика, музыкально-подвижные игры.**

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения уроков. Использование ИКТ, методов обучения: словесный метод – беседа, рассказ, инструкция. Практический метод – упражнения, комплексы упражнений, игры, танцевальные движения, наглядный метод – демонстрация правильного исполнения заданий учащимся, показ упражнений.

Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию. Уроки по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Изучение школьниками учебного материала по программе «Ритмика» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, высокий уровень знаний.

Формы занятий: традиционный урок, открытые уроки. Структура урока по ритмике общепринятая. Каждый урок состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие - это единое целое, где элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

### **Сроки реализации.**

Возраст детей, участвующих в реализации программы. Программа предназначена для детей 7 – 8 лет. Урок ритмики проходит один раз в неделю из расчета 33 часа в год.

## **ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

По окончании изучения учебного предмета «Ритмика» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

### **Личностные результаты:**

- сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям.

- наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физической культуре.

- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

### **Метапредметные результаты:**

#### **регулятивные**

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

- накопление представлений о ритме, синхронном движении.

- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности.

#### **познавательные**

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

#### **коммуникативные**

- умение координировать свои усилия с усилиями других;

- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

### **Предметные результаты:**

- планирование занятий ритмико- гимнастическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;

- готовиться к уроку, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

- под музыку, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равнение в шеренге, в колонне;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- по кругу ходить и бегать, с сохранением правильной дистанции, не сужая круг, не сходя с его линии;

- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

- выполнять игровые и танцевальные движения;

- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

### **Ожидаемые результаты:**

К концу учебного года предполагается, что у детей:

- разовьётся мелкая моторика, воображение, музыкальный слух, умение согласовывать свои движения с музыкой;

- могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр.

- строить самостоятельно ровный круг, соблюдая расстояние между собой (на месте и в движении), сужать и расширять круг;

- смогут передать эмоции, которые вызывает у него музыка при помощи танцевальных движений;

- окрепнет чувство свободы, раскрепощенности, уверенности в пространстве, в коллективе;

- исчезнет боязнь пространства, скованность в движениях, неуверенность в правильном исполнении;

- окрепнет умение взаимодействовать со сверстниками и с педагогом.

В процессе занятий у детей произойдет постепенное укрепление мышц рук, ног, спины, улучшится осанка.

### **УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

<b>№ п/п</b>	<b>Вид программного материала</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1</b>	<b>Теоретические сведения</b>	<b>В течение года</b>
<b>2</b>	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве:</b>	<b>5</b>
2.1	игроритмика	
<b>3</b>	<b>Ритмико-гимнастические упражнения:</b>	<b>10</b>
3.1	Игропластика	
3.2	Ирогимнастика	
3.3	Пальчиковая гимнастика	
3.4	Игровой самомассаж	
<b>4</b>	<b>Танцевально-ритмическая гимнастика:</b>	<b>8</b>
4.1	Ритмическая гимнастика	
4.2	Игротанец	
<b>5</b>	<b>Музыкально-подвижные игры:</b>	<b>10</b>
5.1	Музыкально-творческие игры	
5.2	Игры-путешествия	
5.3	Музыкально-творческие игры	
	<b>ИТОГО</b>	<b>33</b>

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

### Раздел «Теоретические сведения»

Понятие «Ритмика» как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение танцевальных движений у древних людей. Ходьба, бег, прыжки как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня.

### Раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве» - 5 ч

#### Тема: Упражнения на ориентировку в пространстве. (3 час)

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### Тема: Игроритмика. (2 часа)

Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой на сильную долю такта двухдольного и трехдольного музыкального размера. Отстукивание, похлопывание, притопывание простых ритмических рисунков.

Раздел программы упражнения на ориентировку в пространстве направлен на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные учебные действия (УУД)	Результат
<b>Личностные</b>	- мотивационная основа на занятия ритмикой; - учебно-познавательный интерес к занятиям игроритмикой.
<b>Регулятивные</b>	- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие координационных способностей; - планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, сочетание ритмического рисунка; - <i>учитывать правило в планировании и контроле способа решения;</i> - адекватно воспринимать оценку учителя; - оценивать <u>правильность выполнения двигательных действий.</u>
<b>Познавательные</b>	- осуществлять анализ выполненных двигательных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по игроритмике; - выражать творческое отношение к выполнению специальных упражнений и простых движений с предметами во время ходьбы.
<b>Коммуникативные</b>	- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении упражнений на координацию.

#### Планируемые результаты реализации раздела упражнения на ориентировку в пространстве:

Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов базового уровня.

- приобретение обучающимися знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности;
- развитие самостоятельности при выполнении перестроений;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.
- сочетание ритмического рисунка.

**Ученик научится:** способам и особенностям движений и передвижений человека; терминологии разучиваемых упражнений их функционального смысла и направление на развитие мышечного чувства; соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений на ориентировку в пространстве.

**Ученик получит возможность научиться:** правильно выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, упражнения направленные на развитие координации и ориентироваться в пространстве, строить самостоятельно ровный круг, соблюдая расстояние между собой (на месте и в движении), сужать и расширять круг;

## **Раздел «Ритмико-гимнастические упражнения» - 10 ч**

### **Тема: Игропластика. (2 часа)**

Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

Упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

### **Тема: Игрогимнастика. (4 часа)**

#### **1. Общеразвивающие упражнения.**

**Упражнения без предмета.** Прыжки на двух ногах и одной ноге, с ноги на ногу.

Общеразвивающие упражнения по типу «Зарядка».

**Упражнения с предметами.** Упражнения с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы.

#### **2. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.**

Посегментное расслабление из стойки руки вверх до упора присев и положения лежа на спине. Посегментное расслабление ног из положения, лежа на спине ноги вперед (в потолок). Расслабление всего тела, лежа на спине. Свободное, расслабленное раскачивание ноги, стоя боком к опоре на одной ноге и держась за нее. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях: с проговариванием, задержкой дыхания, подниманием и опусканием рук. Упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («плодочка», «палочка» и др.), лежа на спине и на животе. Освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование и укрепление осанки, упражнение на расслабление мышц: подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация потряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры.

### **Тема: Пальчиковая гимнастика. (2 часа)**

В программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях по сказкам и рассказам. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

### **Тема : Игровой самомассаж. ( 2 часа)**

Является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Поглаживание и растирание отдельных частей тела в образно-игровой форме. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Раздел программы ритмико-гимнастические упражнения ориентирован на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные учебные действия (УУД)	Результат
<b>Личностные</b>	- мотивационная основа на занятия гимнастикой; - учебно-познавательный интерес к занятиям различных видов гимнастики.
<b>Регулятивные</b>	- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости, силы); - комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации; - планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации; - <i>учитывать правило в планировании и контроле способа решения;</i> - адекватно воспринимать оценку и замечания учителя; - оценивать правильность выполнения двигательных действий.
<b>Познавательные</b>	- осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов ритмико - гимнастических упражнений.
<b>Коммуникативные</b>	- уметь слушать и вступать в диалог; - участвовать в коллективном обсуждении ритмико-гимнастических упражнений.

### **Планируемые результаты реализации раздела ритмико-гимнастические упражнения:**

Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов базового уровня.

- приобретение обучающимися знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности;
- развитие самостоятельности при выполнении ритмико-гимнастических упражнений;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

**Ученик научится:** способам и особенностям движений и передвижений человека; выполнять дыхательные упражнения при выполнении упражнений; терминологии разучиваемых упражнений их функционального смысла и направленности воздействия на организм; способам простейшего контроля за деятельностью систем дыхания и кровообращения при выполнении гимнастических упражнений; использования закаливающих процедур (самомассаж), профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида; соблюдать технику безопасности при выполнении заданий.

**Ученик получит возможность научиться:** правильно выполнять комплексы упражнений с предметами и без предметов, комплексы, направленные на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий ритмикой. Развивать навык собственного оздоровления.

### Раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика» - 8 ч.

#### Тема: Ритмическая гимнастика. (4 часа)

Представлены комплексы упражнений под музыкальное сопровождение, каждый из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Общеразвивающие упражнения с предметом и без них, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на учащихся, решают конкретные задачи программы. Все комплексы упражнений объединяются в композиции для детей.

#### Тема: Игротанцы. (4 часа)

Изучение танцевальных движений, что способствует у воспитанников повышению общей культуры ребенка. Танцевальные движения имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость ученикам.

**1. Танцевальные шаги.** Шаг с подскоком с различными движениями руками. Шаги польки, галоп. Поочередное пружинное движение ногами в стойке ноги врозь. Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны. Основные движения русского танца: тройной притоп, комбинации из изученных шагов (весёлые пары, утята и другие).

Раздел программы танцевально-ритмическая гимнастика ориентирован на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные учебные действия (УУД)	Результат
<i>Личностные</i>	- мотивационная основа на занятия гимнастикой; - учебно-познавательный интерес к занятиям ритмической гимнастикой, игротанцам.
<i>Регулятивные</i>	- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование танцевальных движений; - комбинации из изученных танцевальных шагов и условиями их реализации; - планировать свои действия при выполнении танцевальных и ритмических композиций и условиями их реализации; - <i>учитывать правило в планировании и контроле способа решения;</i> - адекватно воспринимать оценку и замечания учителя; - оценивать правильность выполнения двигательных действий.
<i>Познавательные</i>	- осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по



	ритмической гимнастике; - выражать творческое отношение к выполнению танцевально-ритмической гимнастики.
<b>Коммуникативные</b>	- уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении танцевально-ритмической гимнастики.

**Планируемые результаты реализации раздела танцевально-ритмическая гимнастика:**

Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов базового уровня.

- приобретение школьниками знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности;
- развитие самостоятельности при выполнении танцевально-ритмической гимнастики;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

**Ученик научится:** способам и особенностям движений и передвижений человека; выполнять танцевальные шаги; терминологии разучиваемых шагов, танцевальных комбинаций. Профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида; соблюдать технику безопасности при выполнении заданий.

**Ученик получит возможность научиться:** правильно выполнять танцевальные движения, направленные на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий ритмикой. Развивать навык собственного оздоровления. Самовыразить в движении свое чувство музыкального произведения;

**Раздел «Музыкально-подвижные игры» - 10 ч**

**Тема : Музыкально-подвижные игры. (4 часа)**

Содержит упражнения, игры - «День - ночь», «Запев - припев», «Дети и медведь», «Трансформеры», «Горелки». Музыкально-подвижные игры на определение темпа, характера и структуры музыкальных произведений. Подвижно-образные игры по типу заданий для строевых и общеразвивающих упражнений, применяемые практически на всех уроках, и являются ведущим видом деятельности школьника . Используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации.

**Тема: Игры-путешествия. (3 часа)**

Все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь. Игры - «Охотники за приключениями», «Путешествие в Играй-город», «Морские учения», «Королевство волшебных мячей», «Спортивный фестиваль».

**Тема : Музыкально-творческие игры .(3 часа)**

Предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Игры «Займи место». Специальные задания «Повтори за мной», «Делай как я, делай лучше меня».

Раздел программы музыкально-подвижные игры ориентирован на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные	Результат
---------------	-----------

учебные действия (УУД)	
<b>Личностные</b>	- мотивационная основа на занятия подвижных игр; - учебно-познавательный интерес к занятиям игры- путешествия, музыкально-творческие игры.
<b>Регулятивные</b>	- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие физических качеств (скоростно-силовой направленности); - планировать свои действия при выполнении музыкально-подвижных игр на определение темпа, характера и структуры музыкальных произведений, направленную на формирование игровых ситуаций; - нестандартные упражнения и условиями их реализации; - <i>учитывать правило в планировании и контроле способа решения;</i> - адекватно воспринимать оценку и замечания учителя; - оценивать правильность выполнения двигательных действий.
<b>Познавательные</b>	- осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения игры - заданий ; - выражать творческое отношение к выполнению подвижно-образной игры.
<b>Коммуникативные</b>	- уметь слушать и вступать в диалог; - участвовать в коллективном обсуждении музыкально-подвижных игр.

### **Планируемые результаты реализации раздела музыкально-подвижные игры :**

Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов базового уровня.

- приобретение школьниками знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности;
- развитие самостоятельности при выполнении музыкально- подвижных игр;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

**Ученик научится:** способам и особенностям движений и передвижений человека; выполнять подвижно-образные игры по типу заданий для строевых и общеразвивающих упражнений; правила разучиваемых музыкально- подвижных игр. Профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида; соблюдать технику безопасности при выполнении заданий.

**Ученик получит возможность научиться:** правильно выполнять специальные задания, импровизировать, умению самостоятельного выражения своих эмоций и настроения в движениях, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе уроков ритмикой. Развивать навык собственного оздоровления.

### **КОНТРОЛЬНО - ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.**

Для оценки достижения планируемых результатов используются задания разного типа.

Входная проверочная работа представлена пятью заданиями, которые можно условно сформулировать так : « Ты играешь?», «Ты умеешь?», « Ты занимаешься?», « Что делал по окончании самостоятельного занятия?», « Что тебе интересно?» Содержание итоговых проверочных работ аналогично входным проверочным работам , проходят в письменной форме. В конце года ритмико- танцевальный фестиваль « Мы шагаем по планете».

Текущий учет представляет собой систематическую проверку качества выполнения отдельных упражнений и контрольных учебных комбинаций: комплексы ритмико-гимнастических упражнений и композиции танцевально- ритмической гимнастики, специальные упражнения на связь движений с музыкой и музыкальные игры.

### **МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ :**

- спортзал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD – караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- гимнастические коврики ;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты, скакалки, флажки;
- дорожка здоровья, массажеры, воздушные шары.

### **ЛИТЕРАТУРА И СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ**

Абрамов Э.Н. Оценка по физической культуре: нормативно-правовые и организационные аспекты: Методические рекомендации. – Курган: ИПКиПРО Курганской области, 2005г.

Абрамов Э.Н., Бокарев Ю.Г. Третий дополнительный урок физической культуры: нормативно-правовые и организационные аспекты: Методические рекомендации. – Курган: ИПКиПРО, 2005г.

Программа по физическому воспитанию с оздоровительной направленностью для учащихся 1-9 классов общеобразовательных школ Курганской области под редакцией Л.З. Штода, ИПКРиО ; 2004 г

«Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 2001г;

Программа «Са-Фи-Дансе» Ж.Е. Фирилевой и Е.Г.Сайкина

Учебно-методических пособий «Фитнес Данс» для педагогов дошкольных и школьных учреждений 2006 г.

Ротерс Т.Т. « Музыкально- ритмическое воспитание» 1989 г

«Фонетическая ритмика» Т.М.Власова, А.Н. Пфафенродт.

«Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной 2005 г

Авторская программа Т.И.Суворовой "Танцевальная ритмика для детей"2009г

Входные и итоговые проверочные работы 1-4 классы Верхлин.В.Н., Воронцов К.А 2012г

Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов ВУЗов физической культуры/Под ред. Е.Б. Мякиченко и М.П. Шестакова. - М. – СпортАкадемПресс, 2002г.

Гимнастика и методика преподавания/Учебник для институтов физической культуры (Под ред. Смоленского В.М.). – Физкультура и спорт. – 1987г

Максименко А.М. Теория и методика физической культуры/Учебник. – М. – «Физическая культура», 2005г

Мониторинг физической подготовленности учащихся и обеспечения физической культуры в учреждениях образования Москвы. Методические рекомендации/Под общ. ред. Тяпина А.Н. – М., 2002г

Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: Физкультура и спорт, 2002г

Физическое здоровье обучающихся и пути его совершенствования//Информационно-методический сборник №4. – М. – ГОМЦ «Школьная книга», 2003г

Сайты : [http://vospitatel.ucoz.ua/index/rabochaja\\_programma/0-41](http://vospitatel.ucoz.ua/index/rabochaja_programma/0-41)

<http://deti-ritmika.ru/>