

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Гимназия № 8 «Лицей им. С.П.Дягилева»

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МАОУ Гимназия № 8
Протокол № 14
от «30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МАОУ Гимназия №8

/Трофимова Е.Е. /

Приказ №130 -О от 31.08.2021 г.



Рабочая программа «Ритмика»
(к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей комплексной программе «Школа развития»)

Возраст обучающихся: 5,5 лет - 7 лет
Срок реализации: 2021/2022 уч. год

г.Екатеринбург, 2021г

Планируемые результаты освоения программы.

К концу года дети должны уметь:

- ✓ выполнять более сложные комбинации, построения и перестроения;
- ✓ быстро переключаться с одного движения на другое, с одной фигуры на другую.
- ✓ выполнять более сложные комбинации гимнастических упражнений;
- ✓ анализировать, давать самооценку при выполнении ритмических упражнений и акробатических этюдов.
- ✓ уважать друг друга, иметь желание объединяться для коллективных композиций.
- ✓ владеть своим телом

Учебно-тематический план

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Игроритмика, элементы музыкальной грамоты.	40	5	35	Опрос, игра
2	Элементы хореографии	40	5	35	Практическое задание
3	Музыкально-ритмические игры.	10	1	9	Игры на ритмический рисунок, воображение и фантазию
4	Строевые упражнения	15	1	14	Практическое задание
5	Танцевальные этюды и танцы	15	2	13	Практическое задание
		120	14	106	

Календарный учебный график

2021

	Сентябрь					Октябрь					Ноябрь					Декабрь				
Пн		6	13	20	27		4	11	18	25	1	8	15	22	29		6	13	20	27
Вт		7	14	21	28		5	12	19	26	2	9	16	23	30		7	14	21	28
Ср	1	8	15	22	29		6	13	20	27	3	10	17	24		1	8	15	22	29
Чт	2	9	16	23	30		7	14	21	28	4	11	18	25		2	9	16	23	30
Пт	3	10	17	24		1	8	15	22	29	5	12	19	26		3	10	17	24	31
Сб	4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	25	
Вс	5	12	19	26		3	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	26	
№/Н		1	2	3	4		5	6	7	8		9	10	11	12		13	14	15	

2022

	Январь						Февраль					Март					Апрель				
Пн		3	10	17	24	31		7	14	21	28		7	14	21	28		4	11	18	25
Вт		4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29		5	12	19	26
Ср		5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30		6	13	20	27
Чт		6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Пт		7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Сб	1	8	15	22	29		5	12	19	26		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Вс	2	9	16	23	30		6	13	20	27		6	13	20	27		3	10	17	24	
№/Н			16	17	18		19	20	21	22		23	24	25	26		27	28	29	30	

Номер учебной недели	Даты учебной недели	Номер учебной недели	Даты учебной недели
1	06.09.2021-12.09.2021	16	10.01.2022-16.01.2022
2	13.09.2021-19.09.2021	17	17.01.2022-23.01.2022
3	20.09.2021-26.09.2021	18	24.01.2022-30.01.2022
4	27.09.2021-03.10.2021	19	31.01.2022-06.02.2022
5	04.10.2021-10.10.2021	20	07.02.2022-13.02.2022
6	11.10.2021-17.10.2021	21	14.02.2022-20.02.2022
7	18.10.2021-24.10.2021	22	21.02.2022-27.02.2022
8	25.10.2021-31.10.2021	23	01.03.2022-06.03.2022
9	08.11.2021-14.11.2021	24	07.03.2022-13.03.2022
10	15.11.2021-21.11.2021	25	14.03.2022-20.03.2022
11	22.11.2021-28.11.2021	26	21.03.2022-27.03.2022
12	29.11.2021-05.12.2021	27	28.03.2022-03.04.2022
13	06.12.2021-12.12.2021	28	04.04.2022-10.04.2022
14	13.12.2021-19.12.2021	29	11.04.2022-17.04.2022
15	20.12.2021-26.12.2021	30	18.04.2022-24.04.2022

Начало учебного года - 01.09.2021 г.

Считать:

06.09.2021– днем начала осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам.

Окончание учебного года – 30.04.2022 г.

Продолжительность учебного года -30 недели	
Сроки и продолжительность 1 четверти	с 01.09.2021 г. по 30.10.2021 г. (8 недель)
Сроки и продолжительность осенних каникул	с 01.11.2021 г. по 07.11.2021 г. (7 календарных дней)
Сроки и продолжительность 2 четверти	с 08.11.2021 г. по 31.12.2021 г. (8 недель)

Сроки и продолжительность зимних каникул	с 01.01.2022 г. по 09.01.2022 г. (9 календарных дней)
Сроки и продолжительность 3 четверти	с 10.01.2022 г. по 29.04.2022
Сроки промежуточной аттестации	
1 полугодие	с 13.12.2021 г. по 26.12.2022 г.
2 полугодие	с 19.04.2021 г. по 29.04. 2021 г.

Место проведения занятий – МАОУ Гимназия №8, Луначарского, 173

№	№ учебной недели	количество			Форма занятия	Тема	Форма контроля
		всего	теория	практика			
1.	1	2	1	1	Практическое занятие.	Постановка корпуса	опрос
2.	1	2	1	1	Практическое занятие.	Упражнения для верхнего плечевого пояса	Групповая оценка работ
3.	2	2	1	1	Практическое занятие.	Упражнения для стоп	Групповая оценка работ
4.	2	2	1	1	Практическое занятие.	Упражнения для гибкости позвоночника	Групповая оценка работ
5.	3	2	1	1	Практическое занятие.	Упражнения для пресса	Групповая оценка работ
6.	3	2	1	1	Практическое занятие.	Растяжка	Групповая оценка работ
7.	4	2	1	1	Практическое занятие.	Ритмические упражнения	Групповая оценка работ
8.	4	2	1	1	Практическое занятие.	Музыкально-игровые этюды	Групповая оценка работ
9.	5	2		2	Практическое занятие.	Ритмические упражнения	Групповая оценка работ
10.	5	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для гибкости	Групповая оценка работ
11.	6	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для пресса	Групповая оценка работ
12.	6	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для стоп	Групповая оценка работ
13.	7	2		2	Практическое	Ритмические упражнения	Групповая

					занятие.		оценка работ
14.	7	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для выворотности	Групповая оценка работ
15.	8	2		2	Практическое занятие.	Упражнения на координацию	Групповая оценка работ
16.	8	2	1	1	Практическое занятие.	Упражнение «лягушка», «бабочка»	Групповая оценка работ
17.	9	2		2	Практическое занятие.	Музыкально-игровые этюды	Групповая оценка работ
18.	9	2		2	Практическое занятие.	Музыкально-игровые этюды	Педагогическая диагностика
19.	10	2	1	1	Практическое занятие.	Прыжки	Групповая оценка работ
20.	10	2	1	1	Практическое занятие.	Растяжка на шпагаты	Групповая оценка работ
21.	11	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для гибкости позвоночника	Групповая оценка работ
22.	11	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для пресса	Групповая оценка работ
23.	12	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для стоп	Групповая оценка работ
24.	12	2		2	Практическое занятие.	Ритмические упражнения	Групповая оценка работ
25.	13	2		2	Практическое занятие.	Ритмические упражнения	Групповая оценка работ
26.	13	2		2	Практическое занятие.	Прыжки	Групповая оценка работ
27.	14	2		2	Практическое занятие.	«Лягушка» для выворотности	Групповая оценка работ
28.	14	2		2	Практическое занятие.	Упражнения на координации	Групповая оценка работ
29.	15	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для гибкости стопы	Групповая оценка работ

30.	15	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для координации	Групповая оценка работ
31.	16	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для координации	Групповая оценка работ
32.	16	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для силы мышц спины	Групповая оценка работ
33.	17	2		2	Практическое занятие.	Растяжка, шпагаты	Групповая оценка работ
34.	17	2	1	1	Практическое занятие.	Наклоны корпуса	Групповая оценка работ
35.	18	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для выворотности стопы	Групповая оценка работ
36.	18	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для выворотности стопы	Групповая оценка работ
37.	19	2	1	1	Практическое занятие.	Танцевальный этюд	Групповая оценка работ
38.	19	2		2	Практическое занятие.	Танцевальный этюд	Групповая оценка работ
39.	20	2		2	Практическое занятие.	Подготовка к открытому уроку	Творческий отчет
40.	20	2		2	Практическое занятие.	Растяжка	Групповая оценка работ
41.	21	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для гибкости позвоночника	Групповая оценка работ
42.	21	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для пресса	Групповая оценка работ
43.	22	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для стопы	Групповая оценка работ
44.	22	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для выворотности	Групповая оценка работ
45.	23	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для пресса	Групповая оценка работ
46.	23	2		2	Практическое занятие.	Растяжка	Групповая оценка работ

47.	24	2		2	Практическое занятие.	«Лягушка» для выворотности	Групповая оценка работ
48.	24	2		2	Практическое занятие.	«Складочка»	Групповая оценка работ
49.	25	2	1	1	Практическое занятие.	Упражнения «кобра» и «звездочка»	Групповая оценка работ
50.	25	2		2	Практическое занятие.	Наклоны в сторону вперед	Групповая оценка работ
51.	26	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для гибкости спины	Групповая оценка работ
52.	26	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для координации	Групповая оценка работ
53.	27	2		2	Практическое занятие.	Упражнения для силы мышц спины	Групповая оценка работ
54.	27	2		2	Практическое занятие.	Упражнение «складочка»	Групповая оценка работ
55.	28	2		2	Практическое занятие.	Упражнения «кобра» и «звездочка»	Групповая оценка работ
56.	28	2		2	Практическое занятие.	Отработка пройденного материала	Педагогическая диагностика
57.	29	2		2	Практическое занятие.	Упражнения на растяжку, на ковриках	Групповая оценка работ
58.	29	2		2	Практическое занятие.	«Лягушка для выворотности»	Групповая оценка работ
59.	30	2		2	Практическое занятие.	Упражнения «кобра» и «звездочка»	Групповая оценка работ
60.	30	2		2	Практическое занятие.	Музыкальный этюд	Творческий отчет
		120	14	106			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575795

Владелец Трофимова Елена Евгеньевна

Действителен с 16.07.2021 по 16.07.2022