

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы.** Актуальной проблемой в настоящее время является сохранение и укрепление здоровья учащихся, а также формирование мотивации к занятиям физической культурой. Одним из путей решения этих проблем являются занятия ритмикой. Программа «Ритмика» предназначена для преподавания основ хореографического искусства с первого класса в режиме учебных занятий. Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы. Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа по ритмике рассчитана на 1 год обучения с учетом возрастных особенностей детей школьного возраста 9-10 лет.

Занятия проводятся в групповой форме.

**Новизна.** Практическая значимость программы по ритмике состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующих укреплению здоровья. Основу программы составляют двигательные действия, поддерживающие на оптимальном уровне работу сердечно - сосудистой, дыхательной и мышечной систем. Программа «Ритмика» способствует формированию у учащихся знаний, двигательных умений и навыков она основана на сочетании ритмичной, эмоциональной музыки и танцевального стиля, что делает занятия привлекательными.