

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ
ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 55
ИМЕНИ АЛЕКСАНДРА НЕВСКОГО» ГОРОДА КУРСКА**

Российская Федерация, 305038, Курская область, г. Курск, ул. Косухина, 25
Телефон: 51-60-11, факс: 50-34-17, e-mail: school_55@list.ru

Принята
педагогическим советом МБОУ
«СОШ №55 им. А. Невского»
Протокол № 8
от «20» июня 2024 г.

Председатель педагогического совета



В.Ю. Никитина

Утверждена
приказом МБОУ
«СОШ №55 им. А. Невского»
от «21» июня 2024 г. № 177/2
Директор МБОУ «СОШ №55
им. А. Невского»



И.В. Мордвинова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета «Ритмика»
для обучающихся 1-4 классов**

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Программа по ритмике составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе авторской программы «Ритмика и танец», утвержденная приказом министерства образования №308 от 06.03.2001г.;
2. Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
3. Планируемых результатов начального общего образования;
4. Учебного плана школы на 2023-2024 учебный год;
5. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования 2009 год, с изменениями и дополнениями: приказов Министерства образования и науки РФ от 26 ноября 2010г. № 1241, от 22 сентября 2011г. № 2357, от 18 декабря 2012г. № 1060, от 29 декабря 2014г. №1643, от 31 декабря 2015г. № 1576 «О внесении изменений в ФГОС НОО»;
6. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №55 имени Александра Невского"

Посредством знакомства школьников 1 — 4 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку, развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Данная программа построена с учетом анатомо-физиологических особенностей детей младшего школьного возраста, их специфики восприятия музыки, желания и индивидуальных физических возможностей детей. Занятия принесут детям радость от общения с музыкой и разовьют творческие способности.

Цель программы:

Развить художественный вкус и воспитать интерес и желание к хореографическому искусству. Социальная адаптация детей и укрепление здоровья.

Задачи:

- воспитание нравственно – эстетических чувств.
- развивать музыкальность, способствовать становлению музыкально- эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движении.
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников.
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.
- Психологическое раскрепощение учащихся.
- учить детей передавать музыкальные образы в движении, согласовывая эти движения с характером музыки.
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребенка, укрепление мышечного корсета, воспитать культуру движения.
- Учить детей определять виды ритмики (танец, игра, упражнение)

Программа сочетает тренировочные упражнения для развития танцевальных данных учащихся. Теория музыки дается непосредственно в процессе работы над движениями.

Сроки реализации.

Срок обучения хореографии составляет 4 года, по истечении этого времени основной учебный материал программы является освоенным, дети овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения.

Общее число часов, отведённых на изучение предмета составляет 135 часов: в 1 классе – 33 часа (1 час в неделю), во 2 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 3 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 4 классе – 34 часа (1 час в неделю).

II Планируемые результаты

Планируемые результаты:

Учащиеся должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры;
- средства музыкальной выразительности;
- правила построения в хореографические рисунки;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса;
- методику исполнения танцевальных комбинаций;

Учащиеся должны уметь:

- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- принимать и выполнять задачи, заданные преподавателем;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию;
- задавать вопросы, работать в коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Воспитательный аспект

В соответствии с Программой воспитания МБОУ «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов №55 имени Александра Невского», учитывая возраст детей достичь следующих целевых приоритетов в воспитании младшего школьника:

- расширить художественно-эстетический кругозор;
- приучить к аккуратности, подтянутости, трудолюбию, терпению;
- уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу;
- развить чувство ответственности в коллективном деле;
- приучить детей к четкому распределению своего времени, более организованно продумывать свои планы;
- выявить творческий потенциал и расширить его;
- укрепить физическое здоровье, улучшить координацию и музыкальность;
- развить творческое мышление;
- расширить культурный и художественный кругозор;

Итоги 1-го года обучения

Должен знать:

- теорию музыки;
- хореографические названия изученных элементов;

- основные позиции рук и ног;
- подготовительные танцевальные движения и рисунки;
- основные движения и передвижения в классе для хореографической постановки;

Должен уметь:

- точно выполнять заданный материал;
- прямо держать корпус, свободно двигаться под музыку;
- воспринимать темповые, динамические особенности музыки;
- внимательно слушать музыку;
- корректировать своё исполнение в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполнять изученные элементы;

Итоги 2-го года обучения

Должен знать:

- гимнастические упражнения на развитие данных;
- основные танцевальные рисунки и движения;
- упражнения на координацию.

Должен уметь:

- грамотно исполнять элементы эстрадного танца;
- соединять движения в комбинацию;
- правильно владеть приемами музыкального движения;
- прямо держать корпус, свободно двигаться под музыку;
- средствами пластики выражать музыкальный образ;
- уметь взаимодействовать в коллективе.

Итоги 3-го года обучения

Должен знать:

- названия новых эстрадных хореографических элементов и связок;
- танцевальные рисунки.

Должен уметь:

- двигаться под музыку, соединяя сложные движения;
- ориентироваться в пространстве;
- осуществлять контроль и самооценку своего участия в хореографической деятельности;
- выполнять движения в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- знать и выполнять правила сценической этики.

Итоги 4-го года обучения

Должен знать:

- усложненные танцевальные шаги;
- танцевальные термины
- основы растяжки;
- имеют представление о сюжетной линии танца, о правильности соединения движений

Должен уметь:

- свободно исполняют танцевальные композиции;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- координировать положение рук и ног в танцевальной комбинации;
- способность реализовывать собственный творческий потенциал

Формы:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- беседы по истории танца;

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- игровой – учебный материал в игровой форме;
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Формы подведения итогов.

Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

II Содержание предмета ритмики

Программа дана по годам обучения. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам: 1) музыка и танец 2) комплекс ритмической гимнастики, 3) танцевальные композиции.

В первый раздел включаются умение правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка, чувствовать характер музыки, отмечать в движении сильную долю такта, умение самостоятельно выбирать темп движений.

Во втором разделе вводятся общие силовые движения, упражнения для спины, растяжка и др.

В третий раздел знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, элементы эстрадного танца (основные движения, ходы), освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе.

Введение

Представление о хореографии, её многообразии. Цели и задачи курса. Систематичность занятий, дисциплинированность на уроке. Значение специальной одежды для занятий танцем. Развитие музыкальности, координации и свободы движения, ловкости, выносливости и физической силы.

1 год обучения

Раздел 1. Ритмика и теория музыки

Выявить музыкальные возможности детей. Постановка корпуса, позиции и положения ног. Изучить элементы музыкальной теории. Изучить музыкальные танцевальные темы. Научиться определению характера музыки. Исполнить движения на медленную, быструю и умеренную музыку. Изучить перестроения в зале и рисунки танца. Исполнить упражнения под метроном. Прохлопать ритмический рисунок под мелодию.

Раздел 2. Упражнения на развитие основных групп мышц

Подготовить тело к упражнениям, разогреть. Исполнить упражнения для верхнего отдела позвоночника. Исполнить пальчиковые упражнения. Исполнить круговые движения в суставах. Исполнить наклоны корпуса. Изучить основы растяжки.

Раздел 3. Танцевальная грамота

Исполнить балетный шаг и бег. Исполнить шаги «Мишки», «Цапелки», бег с захлестом. Изучить движение эстрадного танца с позициями рук и ног. Изучить комбинации для танца.

2 год обучения

Раздел 1. Ритмика и теория музыки

Постановка корпуса, позиции и положения ног. Изучить элементы музыкальной теории. Изучить музыкальные танцевальные темы. Научиться определению характера музыки. Исполнить движения на медленную, быструю и умеренную музыку. Изучить перестроения в зале и рисунки танца. Изучить понятие размер, музыкальная фраза. Исполнить упражнения под метроном. Прохлопать ритмический рисунок под мелодию.

Раздел 2. Упражнения на развитие основных групп мышц

Подготовить тело к упражнениям, разогреть. Исполнить упражнения для верхнего отдела позвоночника. Исполнить пальчиковые упражнения. Исполнить круговые движения в суставах. Исполнить наклоны корпуса. Исполнить упражнения на выворотность. Изучить основы растяжки.

Раздел 3. Танцевальная грамота

Повторить шаги в танце. Исполнить шаг Марша. Изучить упражнения на координацию. Изучить движение эстрадного танца. Изучить комбинации для танца.

3 год обучения

Раздел 1. Ритмика и теория музыки

Постановка корпуса, позиции и положения ног. Изучить основные позиции ног современного танца. Исполнить движения на медленную, быструю и умеренную музыку. Изучить перестроения в зале и рисунки танца. Изучить другие рисунки перестроения в зале. Исполнить упражнение с заданиями на внимательность. Изучить понятие размер, музыкальная фраза. Исполнить упражнения под метроном. Прохлопать ритмический рисунок под мелодию.

Раздел 2. Упражнения на развитие основных групп мышц

Изучить общие силовые упражнения для корпуса. Исполнить упражнения для грудного отдела позвоночника. Исполнить упражнение «Лягушка». Исполнить упражнения на выворотность. Исполнить упражнения для закачки спины.

Раздел 3. Танцевальная грамота

Повторить шаги в танце. Изучить шаг Польки, историческая справка о танце. Исполнить упражнения на координацию. Изучить движение эстрадного танца. Изучить комбинации для танца.

4 год обучения

Раздел 1. Ритмика и теория музыки

Постановка корпуса. Повторить основные позиций ног современного и классического танца. Исполнить движения на медленную, быструю и умеренную музыку. Изучить перестроения в зале и рисунки танца. Изучить другие рисунки перестроения в зале. Исполнить упражнение с заданиями на внимательность. Изучить понятие размер, музыкальная фраза. Исполнить упражнения под метроном. Прохлопать ритмический рисунок под мелодию.

Раздел 2. Упражнения на развитие основных групп мышц

Изучить общие силовые упражнения для корпуса. Выполнить упражнения для грудного отдела позвоночника. Выполнить упражнения на выворотность. Выполнить разогревающий комплекс упражнений. Выполнить упражнения для растяжки. Выполнить упражнения для закачки спины.

Раздел 3. Танцевальная грамота

Повторить шаги в танце. Изучить вальсовую дорожку. Изучить пластику рук в движении вальса. Изучить манеру исполнения. Выполнить упражнения на координацию. Изучить движение эстрадного танца. Изучить комбинации для танца. Отработать танцевальный номер.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные образовательные ресурсы (цифровые)
1	Ритмика, Элементы теории музыки	15	https://multiurok.ru/files/ritmika-uchebnoe-posobie.html?ysclid=lua6n7jt7n535189711
2	Упражнения на развитие основных групп мышц	6	https://rep.vsu.by/bitstream/123456789/2072/5/Ольшанко%20И.%20М..pdf?ysclid=lua6qktz6t993016378
3	Танцевальная грамота	11	http://library.lgaki.info:404/85.32%20%20%20%200%20%20%20%20%20%20%20%20Танец/Базарова%20азбука%20классического%20танца.PDF
Общее количество часов по программе		34	

Список литературы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии (Внимание дети). – М.: Ральф, 2000 г.
2. Бекина С.И. и др. Музыка и движение. – М.: Просвещение.1984 г.
3. Васильева Т. Балетная осанка. Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – С.-П.: Диамант, 1997 г.
5. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. – М.: ВАКО, 2007 г.
6. Затямина Т. А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика: учебно- методическое пособие. – М. : Издательство «Глобус», 2009 г.
7. Пинаева Е. Образные танцы для детей. Учебно-методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005 г.

8. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно- методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005 г.
9. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно- методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005 г.
10. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно- методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005 г.
11. Ротерс Т.Т. Музыкально- ритмическое воспитание. – М. : Просвещение. 1989 г.