

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Лицей № 40
Приморского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
ГБОУ Лицея № 40
от 31.08.18 № 244
Приморского района
Санкт-Петербурга

 (Н.Г. Милюкова)
« 21 » августа 2018 года

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ Лицея № 40
Приморского района
Санкт-Петербурга
(протокол от 31.08.18 № 10)

Рабочая программа

составлена на основе ФГОС начального общего образования
по предмету **Физическая культура (ритмика)**

2 класс

Срок действия программы: 2017 -2020 год
Санкт- Петербург

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре (ритмика) 2 класса разработана с целью исполнения:

- Федерального Закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Закона Санкт-Петербурга от 17.07.2013 №461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге»; на основе:
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897
- Примерной образовательной программы по учебному предмету «Русский язык» в соответствии с:
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 28.10.2015 №08-1786 "О рабочих программах рабочих предметов";
- Письмом Комитета по образованию от 04.05.2016 N 03-20-1587/16-0-0 «О направлении методических рекомендаций по разработке рабочих программ учебных предметов, курсов»;
- Учебным планом ГБОУ Лицей № 40 Приморского района Санкт-Петербурга;
- Календарным учебным графиком ГБОУ Лицея № 40 Приморского района Санкт-Петербурга ;
- Федеральным перечнем учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования (приказ Минобрнауки РФ № 459 от 21 апреля 2016 года «О внесении изменений в Федеральный перечень учебников, утвержденный 31 марта 2014г. № 253»);
- Уставом ГБОУ Лицей № 40 Приморского района Санкт-Петербурга (распоряжение Комитета по образованию от 13.05.2015 №2317-р)
- Положением о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Лицей № 40 Приморского района Санкт-Петербурга (Приказ директора ГБОУ Лицей № 40 Приморского района Санкт-Петербурга от 24.06.2016) • Санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в ОУ (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 с учетом внесенных изменений от 29.04.2015);
- на основе начальной общей образовательной программы школы.

Рабочая программа учебного курса «Ритмика» для 1-4 классов разработана на основе программы по ритмика для общеобразовательных школ: «Ритмика и танец», утверждена Министерством образования 2009г, соответствующей Федеральному компоненту ФГОС основного общего образования и рассчитана на 34 учебных часа в год из расчета из расчета 1ч в неделю для 2-4 классов и 33 часа в неделю для 1 классов.

Ритмика, как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа».

Данная программа призвана приобщить детей к миру танца, познакомить их с разными направлениями, историей и географией танцевального искусства. Используя

разнообразные и доступные движения классического, историко-бытового, народного и современного танцев, программа способствует воспитанию личности школьника, его гуманному отношению к людям, формированию в нем глубокого эстетического чувства.

Данная программа, также как и сам предмет, относится к эстетическому циклу предметов (музыка, изобразительное искусство, мировая художественная культура). Она названа «Растем и танцуем», так как призвана сопровождать школьную жизнь детей и сделать танец вполне естественной ее частью. Танцуя, дети многому учатся, и многое приобретают: вырабатывается и развивается не только коммуникабельность и взаимовыручка, умение настроиться на партнера, контроль над собой, но и культура общения в танце, с преподавателем и со зрителями.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что **цель** программы – развитие творческих способностей обучаемых и воспитанников.

Задачи:

1. Формировать творческую активность обучающихся, их эстетическую отзывчивость к явлениям окружающей действительности.
2. Развивать координацию и культуру движений, общефизические качества.
3. Воспитывать вкус в области танцевальной музыки.

Реализация данных в программе задач возможна при организации целенаправленного, тщательно продуманного процесса обучения. Поэтому основными **принципами** программы являются посильность и последовательность подачи учебного материала, ее логичность, наглядность и научность. Основным принципом можно назвать принцип «от простого к сложному», т.к. овладеть каким бы то ни было сложным движением можно только в том случае, если освоен его простой вариант.

Программа дана по годам и четвертям обучения. На каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по нескольким из следующих разделов:

1. Азбука музыкального движения.
2. Элементы классического танца.
3. Элементы народного танца.
4. Элементы историко-бытового танца.
5. Элементы бального танца.
6. Ритмический и современный танцы.

Первый раздел включает ритмические упражнения и игры, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. В первом классе эти упражнения учат детей ориентироваться в пространстве и времени, а также развивают музыкальность. Здесь дети знакомятся с элементами музыкальной грамоты. Во втором, третьем и четвертом классах ритмическое воспитание и развитие детей происходит непосредственно при изучении элементов различных движений и больше не выделяется в отдельную тему.

Второй раздел включает элементы классического танца и упражнения, подготавливающие учеников к более сложным движениям. Они укрепляют мышцы спины, рук, ног, формируют осанку, способствуют развитию координации движений. Также раздел подразумевает знакомство детей с фрагментами из балетов и такими понятиями как «балет», «классический танец» и т.д.

В третий раздел входят движения танцев народов мира и, в первую очередь, русские народные танцы. Здесь учащимся дается представление о характере национальных плясок, прививается любовь к русскому танцу. Если в классах есть дети других национальностей, можно изменить программный материал и разучить с детьми их национальные танцы.

Четвертый раздел – представлен в программе в вариативном виде. Учащимся здесь не приходится осваивать технически сложные движения и комбинации. Но изучение простейших поз, шагов, поклонов и положений корпуса представляет известные

трудности. Поэтому во втором классе дети знакомятся только с простейшими элементами историко-бытового танца, а более близкое знакомство с этим разделом происходит в третьем классе.

Пятый раздел содержит танцы, которые являются наиболее сложными в смысле координации движений и ритмической окраски, поэтому начинает изучаться в третьем классе. Сюда включены медленный и фигурный вальс как вариант венского вальса из европейской программы спортивных бальных танцев и ча-ча-ча и джайв из латиноамериканской программы.

Танцы шестого раздела призваны развивать чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку. Изучая элементы современных танцевальных стилей, дети убеждаются, что танцевальное искусство не стоит на месте, оно постоянно развивается; учащиеся могут создавать собственные танцевальные композиции.

Каждая четверть в каком-либо классе посвящается изучению одного или двух разделов. Например, первая четверть в первом классе отводится для изучения основ музыкального движения, знакомства с элементами музыкальной грамоты; первая четверть во втором классе посвящается двум разделам: «Элементы классического танца» и «Элементы историко-бытового танца», причем изучение второго раздела происходит незаметно для детей, разучивающих движения к танцу «Сказка».

Программа предусматривает изучение танцевального репертуара по годам и четвертям обучения. По окончании каждой четверти учащиеся должны знать названия основных движений, уметь исполнить один или несколько танцев. Эти танцы могут быть использованы как основа для сценических номеров к общешкольным праздникам или исполняться на всевозможных праздниках в классах.

Курс рассчитан на четыре года (начальная школа с 1 по 4 класс). Уроки проходят один раз в неделю и являются 3 часом физической культуры (33 часа в год у первых, 34 часа – у остальных классов). Уроки проводятся под музыкальное сопровождение с использованием аудио-фонограмм.

В 1-4 классах оценивание не проводится.

Отчеты по работе на уроках ритмика проходят в виде открытых уроков, выступлений на внутриклассных и общешкольных мероприятиях.

УУД в процессе освоения предмета «Ритмика»

Личностные результаты:

- сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
- любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
 - организованно строиться (быстро, точно);
 - сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
 - самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
 - соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
 - правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».
-
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
 - формулировать собственное мнение и позицию;
 - договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
 - умение координировать свои усилия с усилиями других.

СОДЕРЖАНИЕ.

ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА. ЭЛЕМЕНТЫ ИСТОРИКО-БЫТОВОГО ТАНЦА -

Теория. Элементы музыкальной грамоты:

- музыкальные размеры 2/4, 3/4, 3/4;
- сильная доля.

Знакомство с музыкальным и фрагментами из балетов «Щелкунчик», «Лебединое озеро» П.И. Чайковского.

Практика. Основные построения на уроке:

- построение в колонну по одному и перестроение в колонну по два, по три, по четыре;
- построение в колонну по одному и перестроение в пары, обход одним партнером другого, смена места с поворотом лицом друг к другу.

Изучение элементов историко-бытового танца:

- постановка в пару, взявшись за руки;
- приставной шаг в сторону с маленьким приседанием (по естественной позиции); с выносом ноги вперед на носок;
- шаги вперед с поворотом через маленькое приседание;
- шаг вперед с подставкой ноги на подушечку стопы;
- поворот вокруг себя на четырех шагах.

Изучение элементов классического танца:

- позиции рук (I, II, III и подготовительное положение), позиции ног (III, VI и «свободная»);
- повторение уже известных движений и их названий;
- бросок ноги на 45° (батман тандю жете) вперед по VI и III позициям;
- круговое движение носком ноги по полу (ронд де жамб пар тер).

Репертуар. Танец «Сказка» - парный, построен на приставных шагах, фигурах «окошечко» (со сменой мест) и «плодочка» (с поворотом).

ЭЛЕМЕНТЫ БАЛЬНОГО ТАНЦА -

Теория. Самба — танец латиноамериканской программы спортивных бальных танцев. История появления, распространения. Популярность стиля «латинос» в настоящее время.

Практика. Разучивание движений танца самба:

- положение партнеров в паре («рука в руке», девочка за спиной партнера, одной рукой «ладонь в ладонь»);
- самба-ход (по одному, в паре);
- движение «корте-джака» в паре в повороте;
- припадание (для девочек) в повороте на месте;
- перекрестный шаг;
- выпады вправо - влево;
- тройные переступания на месте.

Репертуар. Танец «Самба» - парный; основан на самба-ходе, перестроениях в паре из одного положения в другое, тройном переступании на месте.

ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА -

Теория. Жанры русского танцевального искусства.

Особенности построений и рисунков русских хороводов. Ходы русского танца.

Сиртаки - греческий групповой танец.

Практика. Разучивание элементов русского танца:

- «ковырялочка»;
- тройной притоп;
- «маятник»;
- присядка (для мальчиков);
- хлопущка (для мальчиков).

Разучивание рисунков и ходов в русском хороводе:

- круг (сужение и расширение);
- «звездочка» и «карусель»;
- «воротца»;
- «плетень» и «корзиночка»;
- простой шаг в рисунке хоровода;
- переменный шаг;
- припадание.

Разучивание движений и рисунков в греческом танце «Сиртаки»:

- характерное положение рук в танце;
- основная связка (выпады, виск, приставные шаги);
- твист;
- простая дорожка;
- витая дорожка;
- галоп;
- «ножницы»;
- ускорение темпа от начала к концу танца.

Репертуар. Хороводный танец с элементами пляски «Плетень» - построен на хороводном рисунке и плясовых движениях: «моталочке», «гармошке», присядке и хлопущках.

Греческий танец «Сиртаки» - массовый танец, основан на приставных шагах, продвижении вправо и влево, движении по кругу.

РИТМИЧЕСКИЕ ТАНЦЫ -

Практика. Разучивание ритмической разминки под фонограмму.

Пластические упражнения, движения на координацию:

- ритмические повороты с хлопком;
- ритмические шаги с вынесением ноги вперед на носок (кик-бросок);
- повторение движений, заданных учителем, в быстром темпе.

Репертуар. Танец «Реги-реги» - парный, построен на приставных шагах в сторону, вперед и назад, поворотах с хлопком.

Ритмический танец под современную музыку.

Календарно- тематическое планирование 2 «А,Б,В,Г» класса				
№ Урока	Тема урока	Количество часов	Дата	
			По плану	По факту
1	Введение .Инструкция по ТБ на уроке.	1		
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1		
3	танцевальные движения. (марш, подскоки)	1		
4	Портерная гимнастика. Упражнения для развития шага	1		
5	Изучение поз .Перестроения по залу.	1		
6	Изучение музыкального размера.	1		
7	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	1		
8	Ритмические игры. Танцевальные движения.	1		
9	Ритмические упражнения с варирование рук.	1		
10	Изучение танцевальных движений.	1		
11	Этюдная работа. Игры.	1		
12	Упражнения для развития гибкости спины.	1		
13	Изучение рисунка танца (круг)	1		
14	Изучение музыкального размера.	1		
15	Разминка. Портерная гимнастика.	1		
16	Гимнастика. Упражнения для развития правильной осанки.	1		
17	Упражнения для растяжки мышц ног. Разминка «бабочка ,кошечка ,лягушка».	1		

18	Изучение позиций ног.	1		
19	Экзерсис на середине зала. Упражнения для плавности рук "вдох"	1		
20	Музыкальные, танцевальные темы.	1		
21	Разучивание простейших танцевальных элементов "выпад в стороны"	1		
22	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1		
23	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1		
24	Упражнения для эластичности стопы.	1		
25	Танцевальные движения. Взаимодействия рук и ног.	1		
26	Ритмические рисунки. Притопы ногами.	1		
27	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1		
28	Ритмического рисунка. Притопывание и хлопки под музыку.	1		
29	Упражнения для выворотности ног.	1		
30	Ритмические движения .Упражнения для развития танцевальности.	1		
31	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1		
32	Изучение танцевального шага. (переменный ход)	1		
33	Портерная гимнастика. Разминка на середине зала.	1		
34	Экзерсис на середине зала .Танцевальные упражнения , элементы.	1		