

1. **Пояснительная записка к программе «Ритмика»**
   1. **Рабочая программа по ритмике для 6 классов составлена на основе следующих документов и материалов.**

* «Федеральный государственный стандарт основного общего образования», утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009г. № 373 и от 26.11.2010г. № 1241;
* Основная образовательная программа основного общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №36»г.Перми
* Учебного плана муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 36»г.Перми;
* На основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 1-8 классы: программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы Щербаковой Н.Н., учителя хореографии высшей категории неполной средней школы №39 г. Рыбинска; программа «Хореография» 1-8 классы Пантелеевой Т.И - учителя средней школы №66 г. Тюмени
  1. **Место рабочей программы и её роль в системе обучения,**

**развития и воспитания учащихся основной школы и ее актуальность.**

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 1-8 классы: программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы Щербаковой Н.Н., учителя хореографии высшей категории неполной средней школы №39 г. Рыбинска; программа «Хореография» 1-8 классы Пантелеевой Т.И - учителя средней школы №66 г. Тюмени.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Актуальность данного курса состоит в том, что в процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Курс внеурочной деятельности «Ритмика» предназначен на работу с детьми 5 класса. Он посвящён процессу овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением.

**В соответствии с учебным планом** в 6-х классах на внеурочную деятельность, по курсу «Ритмика», **отводится 34 часа** (из расчета 1 час в неделю). Занятия проводятся в актовом зале.

* 1. **Цель рабочей программы «Ритмика» и ее задачи.**

**Цель программы -** формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Задачи программы -**

* Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма
* Совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям
* Развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора
* Формирование общих представлений о культуре движений
* Формирование культуры общения между собой и окружающими
* Воспитание организованной, гармонически развитой личности.
* Развитие основы музыкальной культуры
* Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях.
* Развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности,
* Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.
  1. **Основные принципы реализации.**

Данная Программа разработана в соответствие с требованиями современной дидактики и предполагает особое содержание, кроме того она имеет одну важную особенность: она позволяет реализовать педагогическую идею формирования у школьников умения учиться - самостоятельно добывать и систематизировать новые знания.

В этом качестве программа обеспечивает реализацию следующих принципов:

* **принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, вос­питание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
* **принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении ком­плекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные)
* **принцип доступности**, который требует, чтобы перед обучающимся ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподава­теля требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающихся, их возмож­ностей в освоении конкретных элементов.
* **принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регу­лярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расши­рения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся.
  1. **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.**

На занятиях ритмикой особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Танец решает те же задачи эстетического развития и воспитания что и музыка. В музыке заложены содержание и характер любого танцевального произведения. Не может быть танца без музыки, без ритма. Обучение искусству танца происходит параллельно с музыкальным воспитанием: дети учатся понимать, слушать и слышать музыку, органически сливать в единое целое движение и музыку.

Эта программа является модифицированной, она рассчитана на физическое, эмоциональное и нравственное развитие и совершенствование детей. Программа нацелена на личностное развитие ребенка.

**1.6 Сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на 1 год обучения .

* 1. **Формы и методы проведения занятий,**

**использование эффективных и передовых технологий и дидактических средств.**

Содержание программного материала, структура Программы и новые ФГОСы предопределяют некоторые особенности методики преподавания данного курса и кардинальные изменения в деятельности учителя, в выборе технологий и дидактических средств.

**Формы** организации внеурочных занятий**:** презентации, индивидуальная, групповая, коллективная деятельность.

**1.8. Формы оценки результатов.**

* показательные выступления.

1. **Предполагаемые результаты реализации программы.**
   1. **Личностные результаты и метапредметные результаты.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Личностные** | **Метапредметные** | **Предметные** | |
| – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;  - правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.  - правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.  -анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.  -соблюдать правила поведения в танц. классе и дисциплину;  - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).  - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности. | - знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.  - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.  - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей  - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;  - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельноности;  полученные сведения о многообразии танцевального искусства  красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения.  способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья | | * + необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;   танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты.  -работать с танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, гармошечка, ёлочка;   * + импровизировать;   + работать в группе, в коллективе.   выступать перед публикой, зрителями.  - самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект  -иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания. |

**3.Условия реализации.**

Учебный план для образовательного учреждения гимназия №56 отводит 34 часа для изучения предмета «Ритмика». Программа ориентирована на детей 5,6,7 классов и рассчитана на 1 год обучения из расчёта 1 учебный час в неделю.

Программа состоит из **3-х разделов**:

1.Ритмическая азбука.

2.Музыка и танец.

3.Танцевальные композиции.

**Первый раздел**предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков и умений, овладение большим объёмом движений, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий ритмикой.

**Второй раздел**предусматривает приобретение учащимися знаний в области музыкальной грамоты, изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений.

**Третий раздел**предполагает изучение разноплановых танцев: парных, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые являются основой для выступлений.

**4.Ожидаемые результаты и формы подведения итогов реализации программы.**

               В результате изучения предмета «Ритмика» ученик должен:

- иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, корпуса, ног);

- владеть первоначальными навыками координации движений, хореографической памятью;

- иметь представление о темпах и динамике музыкального произведения, уметь их определять и отражать в движениях;

-  знать понятия: вступление, начало и конец танцевальной фразы, уметь своевременно начинать движение по окончании вступлении;

-  уметь исполнять изученные танцы;

- иметь навыки парного и массового исполнительства.

      Результатом реализации программы является полученный учащимися объем знаний, умений и навыков по ритмике.

       Формы подведения итогов: открытые уроки, конкурсы, выступления на концертах.

**Учебно-тематический план (6-е классы)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела | Количество часов | | |
| всего | Теория | практика |
| 1 | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Танцевальная азбука | 8 | 2 | 6 |
| 3 | Сальса | 4 | 1 | 3 |
| 4 | Ча-ча-ча | 6 | 1 | 5 |
| 5 | Фигурный  вальс | 6 | 1 | 5 |
| 6 | Джайв | 3 | 1 | 2 |
| 7 | Рок-н-ролл | 5 | 1 | 4 |
| 8 | Итого | 34 |  |  |

**Содержание**

**Раздел 1. Ритмическая азбука**

**Тема 1.1:**

Вводное занятие.

**Теория.**Техника безопасности (поведение на уроке).

**Тема 1.2:**

      Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

**Теория.**Разминка (как подготовка к занятию). Координация. Ритмическая основа упражнений.

**Практика.**Развитие верхнего плечевого пояса: головы, шеи, плеч, рук, корпуса (наклоны, повороты, круговые движения), развитие коленного и голеностопного суставов.

**Тема 1.3:**

       Фигурная маршировка.

**Практика.**Марш на месте и по кругу. Перестроения из одного рисунка в другой (круг, змейка, цепочка).

**Раздел 2. Музыка и танец.**

**Тема 2.1:**

         Связь музыки и движения

**Теория.** Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Строение музыкальной  и танцевальной речи (мотив, фраза, предложение). Законченность мелодии и танцевального движения. Музыкальное вступление. Исходное положение. Три музыкальных жанра: марш-танец-песня.

**Практика.**Музыкальное вступление и начало движения. Маршировка.

**Раздел 3. Танцевальные композиции.**

**Тема 3.1:**

      Парные композиции.

**Теория.**Правила поведения в парном танце. Приглашение на танец. Уважительно отношение партнёров друг к другу. Ведущая роль партнёра.

**Практика.**

- танец « Ча-ча-ча»: основное движение, раскрытие вперед и назад, поворот, тайм степ.

- танец « Сальса»: основное движение ,основное движение с продвижением вперед и назад.

- «Фигурный вальс»: основной шаг вперед,balance вправо и влево, поворот по 3 позиции,balance вперед и назад, вальсовый поворот.

-«Джайв».

**Тема 3.2:**

      Массовые композиции

**Теория.**Композиционное пространство. Исполнительская выразительность. Ансамбль как согласованное действие исполнителей.

**Практика.** Танец «рок-н-ролл»:

**Итоговое занятие**

**Практика.**

|  |
| --- |
| Тема урока |
|  |
| 1. Техника безопасности (поведение во время урока) |
| 1. Разминка (как подготовка к занятию) |
| 1. Координация. Ритмическая основа упражнений |
| 1. Развитие верхнего плечевого пояса |
| 1. Развитие коленного и голеностопного суставов |
| 1. Марш на месте и по кругу |
| 1. Связь музыки и движения; строение музыкальной и танцевальной речи |
| 1. Музыкальное вступление. Исходное положение. Три музыкальных жанра: марш-танец-песня |
| 1. Музыкальное вступление и начало движения. |
| 1. Правила поведения в парном танце. Приглашение на танец. Уважительное отношение партнеров друг к другу. |
| 1. Танец «ча-ча-ча» основное движение |
| 1. Танец "ча-ча-ча" раскрытие вперед |
| 1. Танец «ча-ча-ча»: раскрытие назад |
| 1. Танец «ча-ча-ча»: поворот |
| 1. Танец «ча-ча-ча»: три чачача |
| 1. Танец «ча-ча-ча»: тайм степ |
| 1. Фигурный вальс: основной шаг вперед |
| 1. Фигурный вальс:balance вправо и влево |
| 1. Фигурный вальс: поворот по 3 позиции |
| 1. Фигурный вальс:balance вперед и назад |
| 1. Фигурный вальс: вальсовый поворот |
| 1. Сальса: основное движение на месте |
| 1. Сальса: основное  движение с продвижением вперед |
| 1. Сальса: основное движение с продвижением в стороны |
| 1. Джайв |
| 1. Джайв |
| 1. Рок-н-ролл: основное движение |
| 1. Рок-н-ролл |
| 1. Рок-н-ролл |
| 1. Рок-н-ролл |
| 33. Рок-н-ролл |
| 1. Итоговое занятие |

**5. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

**5.1. Технические средства обучения.**

* Ноутбук
* Колонки
* хореографический класс
* Зеркала
* музыкальный центр