

Каракулина
Надежда
Тимофеевна

Подписано цифровой
подписью: Каракулина
Надежда Тимофеевна
Дата: 2022.09.30 09:27:25
+03'00'

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-
воспитательной работе
муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя школа № 11»
_____ Е.А.Шишкина

УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя школа № 11»
_____ Н.Т.Каракулина

приказ от _____ № _____

«___» _____ 2022 г.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 11»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности (кружок « Ритмика») в 1 классе

Учитель: Е.Г.Котельникова

ПРИНЯТО

на педагогическом совете.
Протокол № _____
от «___» _____ 2022 г.

РАССМОТРЕНО

на заседании методического объединения
учителей общественно-гуманитарного цикла
муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Средняя школа № 11»
Руководитель МО _____ О.В.Клюева
Протокол № _____
от «___» _____ 2022 г.

2022-2023 учебный год

1. Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования по хореографии учителя Котельниковой Е.Г. составлена в соответствии с особенностями её функционирования на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 11» с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В основу положена программа "Ритмическая мозаика", разработанная Е.Г. Котельниковой, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации 03.06.2003 в качестве программы воспитания, обучения и развития детей младшего школьного возраста. Программа составлена в соответствии с законом. <<Об образовании>> ст.7,ст.9.Федеральный закон от 25.06.2002г.№71-ФЗ.

2. общая характеристика предмета.

Назначение программы – осуществление хореографического образования младших школьников во внеурочное время, более широкое приобщение учащихся к искусству.

Актуальность хореографического образования.

В годы младшего школьного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В процессе учебных занятий у детей происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, нарушается осанка.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Решение вышеизложенных задач возможно реализовать в процесс хореографического образования детей младшего школьного возраста.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Программа рассчитана на детей 7-11летнего возраста.

На втором году обучение начинается с упражнений по закреплению. Основным видом является игровая деятельность. Через музыкально-ритмические игры дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Ритмика, в данном случае, выступает как средство укрепления опорно-двигательного аппарата и развития эластичности мышц. Упражнения изучаются детьми через образные сравнения в игровой форме. Эти упражнения подготавливают мышцы, связки и суставы для классического экзерсиса.

Занятия проходят:

В группе первого года обучения-1 раз в неделю по 1 часу(всего 33 часа)

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета.

Цель программы:

Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Исходя из цели, предусматривается решение следующих основных задач:

1. Развивать творческие способности воспитанников.
2. Развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость.
3. Дать основы музыкально-двигательной культуры.
4. Развивать танцевальные способности.
5. Развивать потребности самовыражения в движении под музыку.
6. Способствовать укреплению здоровья детей: способствовать развитию опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания.
7. Формировать творческие способности: воображение и фантазию.
8. Содействовать формированию нравственно- коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

Воспитательная работа ведётся в форме коллективных творческих дел проводимых не реже одного раза в 3 месяца. По традиции дети принимают активное участие в планировании и проведении творческих мероприятий. Такая деятельность привлекает учащихся к сотворчеству, развивает художественное воображение, творческие способности.

5. Содержание учебного предмета.

Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально- ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувства ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определить ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Раздел «Элементы классического и народного танцев».

Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработки координации движений, учат правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

Раздел «Этюды и постановочная работа» включает народные и детские сюжетные танцы в обучающем, постановочном и сценическом варианте.

Формы, методы, технологии обучения.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие.

Структура урока.

Большое значение в хореографической работе с детьми имеет хорошо организованное и интересно проведенное занятие. К началу урока дети переодеваются в танцевальную форму и выстраиваются друг за другом в коридоре перед дверью зала. Это дисциплинирует детей и создает рабочую атмосферу. Под музыку марша, начиная с левой ноги, дети идут по кругу и выстраиваются в колонны, исполняют поклон преподавателю (здороваются). Затем преподаватель сообщает тему урока.

Во избежание растяжения мышц, проводится разминочный тренаж, чтобы все мышцы тела были разогретыми и готовыми к разучиванию сложных элементов танца. В ходе разминки, включающей упражнения и игры, преподаватель следит за тем, чтобы каждый ученик выполнял разминку в полную силу.

После тренажных упражнений разучиваются танцевальные упражнения или их отдельные элементы. Далее разучиваются этюды, движения и комбинации, входящие в запланированную постановку.

К окончанию урока дети должны занять исходные рабочие места для исполнения поклона (до свидания).

1 часть урока (вводная -10 минут)

1. Вход детей в танцевальный зал под марш.
2. Выстраивание в колонны (занимают рабочие места).
3. Поклон преподавателю, отметка посещаемости в журнале.
4. Сообщение темы урока.
5. Ритмическая разминка (для головы, плеч, рук, корпуса и ног).

2 часть урока (основная – 25 минут)

1. Работа над элементами классического танца.
2. Разучивание элементов танцевальной азбуки.
3. Работа над этюдами.

3 часть урока (заключительная – 10 минут)

1. Закрепление музыкального материала в игре.
2. Танцевальная – музыкальная импровизация.
3. Выстраивание в колонны (занимают исходные места).
4. Поклон педагогу, выход из зала под марш.

6. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

Программа «Ритмика и танец» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- **личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей. Объектом оценки личностных результатов являются: самоопределение, смыслообразование, нравственно-этическая ориентация. При этом личностные результаты выпускников на ступени начального общего образования не подлежат итоговой оценке. Среди них: ценностные ориентации выпускника, которые отражают его индивидуально-личностные позиции (религиозные, эстетические взгляды, политические предпочтения); характеристика социальных чувств (патриотизм, толерантность, гуманизм); индивидуальные психологические характеристики личности..

- **метапредметные результаты** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий,

отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий. Объект оценки метапредметных результатов: сформированность регулятивных, коммуникативных, познавательных универсальных действий. Регулятивные универсальные учебные действия: целеполагание, планирование, осуществление учебных действий, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, саморегуляция.

Познавательные универсальные учебные действия: общеучебные, знаково-символические, информационные, логические.

Коммуникативные универсальные учебные действия: инициативное сотрудничество, планирование учебного сотрудничества, взаимодействие, управление коммуникацией.

Основное содержание оценки метапредметных результатов на ступени начального общего образования строится вокруг умения учиться. Уровень сформированности метапредметных результатов может быть качественно оценен и измерен в результате: оценку уровня сформированности конкретного вида универсальных учебных действий; выполнения учебных и учебно-практических задач средствами учебных предметов; выполнения комплексные задания на межпредметной основе.

- предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Оценка **предметных результатов** предусматривает выявление уровня достижения обучающимся планируемых результатов по отдельным предметам с учетом:

- предметных знаний: опорные знания учебных предметов: ключевые теории, идеи, понятия, факты, методы; знания, дополняющие, расширяющие или углубляющие опорную систему знаний;

- действий с предметным содержанием: предметные действия на основе познавательных УУД; конкретные предметные действия (способы двигательной деятельности, обработки материалов, приёмы лепки,

Распределение учебных часов по четвертям можно схематически представить следующим образом:

Класс	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебн. недель	Всего часов	Распределение часов по четвертям				Формы контроля	
				I	II	III	IV	Котр. урок	Зачет
1	1	33	33	8	8	12	5	1	-

7.Примерное тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся.

№	Тема занятий	Характеристика деятельности учащихся	Кол-во часов
1.	Организационное занятие, Беседа по ТБ.	Познакомить учащихся с предметом.	1
2.	Элементы музыкальной грамоты Ритмические упражнения.	Овладевать музыкально ритмическими упражнениями.	1
3.	Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Учиться выполнять позиции рук и ног.	1
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Уметь ориентироваться в пространстве.	1
5.	Музыкально – ритмические упражнения. Прыжки.	Знать музыкально – ритмические упражнения.	1
6.	Игры на развитие воображения. Ритмические игры.	Овладевать ритмическими играми.	1
7.	Слушание и анализ танцевальной музыки.	Уметь слушать и анализировать музыку.	1
8.	Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.	Учиться характеризовать музыкальное произведение.	1
9.	Положение анфас.	Учиться выполнять положение анфас.	1
10.	Закрепление материала.	Закреплять пройденный материал.	1
11.	Релеве- подъём на полу пальцы.	Овладевать подъёмом на полу пальцы.	1
12.	Игры на развитие воображения. Ритмические игры.	Овладевать ритмическими играми.	1
13.	Приседания (плие) по 1 и2 позициям.	Учиться выполнять приседания (плие)	1
14.	Приседания (плие) по 3 и 5 позициям.	Знать приседания по 3и 5 позициям.	1
15.	Батман тендю из 1 позиции.	Учиться выполнять элементы классического танца. Батман тендю	1
16.	Батман тендю из 3 позиции.	Овладевать Батман тендю из 3 позиции.	1
17.	Прыжок «Сотте».	Учиться выполнять прыжок «Сотте».	1
18.	Игры на развитие воображения. Ритмические игры.	Овладевать ритмическими играми.	1
19.	Дробные движения.	Учиться выполнять дробные движения.	1
20.	Закрепление пройденного материала.	Закреплять пройденный материал.	1

21.	Боковой шаг на всей стопе и на полу пальцах.	Овладевать боковым шагом на всей стопе .	1
22.	Припадание в сторону.	Уметь выполнять припадание .	1
23.	Перескоки с ноги на ногу на всю стопу.	Уметь выполнять перескоки с ноги на ногу.	1
24.	Игры на развитие воображения. Ритмические игры.	Овладевать ритмическими играми.	1
25.	Русский переменный ход.	Уметь выполнять переменный ход.	1
26.	Русский дробный ход.	Овладевать русской дробью.	1
27.	Игры на развитие воображения. Ритмические игры.	Овладевать ритмическими играми.	1
28.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Знать упражнения на ориентировку в пространстве .	1
29.	Длительности, ритмический рисунок, акценты, сильные и слабые доли, музыкальный размер.	Уметь выполнять ритмический рисунок .	1
30.	Прыжки.	Учиться выполнять прыжки.	1
31.	«Полька»	Этюды и постановочная работа»	1
32.	Игры на развитие воображения. Ритмические игры.	Овладевать ритмическими играми.	1
33.	Закрепление пройденного материала.	Закреплять пройденный материал.	1
Итого:			33

8. Описание материально технической базы изучаемого предмета. Список учебно-методической литературы.

Для

реализации общеобразовательной программы необходимо

- музыкальная аппаратура , MP3 записи ;
- видео материалы ;
- DVD диски (с аудио и видео материалами) ;
- DVD диски с обучающим материалом ;
- компьютер ;
- проектор ;
- экран ;
- сменная обувь ;
- костюмы для выступлений (платья , сарафаны , кофты , юбки , топы .)

Санитарно –гигиенические требования

Занятия проводятся в кабинете (актовом или спортивном зале),соответствующем требованиям ТБ , пожарной безопасности , санитарным нормам . Кабинет (зал) должен иметь хорошее освещение и периодически проветриваться. В наличии должна быть раздевалка , аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Дидактическое обеспечение

В процессе работы по настоящей программе используются информационно – методические материалы :

- подборка информационной и справочной литературы ;
- сценарии массовых мероприятий и игровых занятий , разработанных для досуга учеников
- наглядные пособия;
- диагностические методики для определения уровня знаний , умений и творческих способностей детей ;
- новые педагогические технологии в образовательном процессе;

Литература.

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
 2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
 3. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
 4. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
 5. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
 6. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
 7. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
 8. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
- Учебно-методический комплекс.
1. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
 2. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009)
 3. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)