

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА №5 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА

Рассмотрена и рекомендована
к утверждению МО учителей
начальных классов
Пр. № 1 от «30» августа 2016г.

Куликова /И.А.Куликова/

Проверено:

Заместитель директора
по УВР

Фролова /И.С.Фролова/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ)
«Ритмика»

Классы – 2-4

Количество часов - 204

Составитель программы:
Шипицына Наталья Александровна,
учитель музыки

Срок реализации: 3 года

Приложение к ООП НОО

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе Федерального Закона от 29.12.2012 № 273 - ФЗ « Об образовании в Российской Федерации», Федерального Государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Школы № 5 г.о. Самара,

Хореографическое искусство- это прекрасная возможность раскрыть внутренний богатый потенциал любого обучающегося.

Программный материал даст возможность осваивать сюжетно - тематические произведения. В процессе постановочной работы, репетиций обучающиеся приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. В ходе постановочной работы, на репетициях обучающиеся осваивают музыкально-танцевальную природу искусства. Развивается творческая инициатива обучающихся, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

Обучающиеся во время обучения должны получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца - это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.

Учитывая специфику танцевального искусства, основное время на занятии отводится практической работе (постановка танца и разучивание его элементов).

Программа танцевальной студии «Ритмика» спортивно-оздоровительного направления построена с учётом возрастных особенностей младших школьников. В этом возрасте обучающиеся характеризуются большой утомляемостью, поэтому необходимо вести обучение поэтапно, постепенно увеличивая нагрузку, учитывая индивидуальные возможности ребенка.

Программа рассчитана на 3 года обучения. В учебном плане школы на изучение курса выделяется: 2- 4 класс - 68 часов за год, по 2 часу в неделю

Цель программы:

-создание условий для раскрытия и расширения потенциала обучающегося средствами хореографического искусства.

Задачи:

1. Формирование у обучающихся знаний, умений и навыков хореографического искусства через освоение программного материала;
2. Приобщение обучающихся к искусству хореографии;
3. Воспитание уверенности в собственных силах, чувства ответственности за коллектив.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ ОБУЧАЮЩИХСЯ

2 класс

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

- **Регулятивные**

- 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.

- **Познавательные**

Обучающиеся 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».

- **Коммуникативные**

- 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.

3 класс

Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторимый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

- **Регулятивные**

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

- **Познавательные**

- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

- **Коммуникативные**

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;

4 класс

Личностные результаты

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств.

Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты

- **Регулятивные**

- *С* преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- *С* осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- *С* целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

- **Познавательные**

Учащиеся должны уметь:

- *С* правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- *С* отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

- **Коммуникативные**

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

**Учебно-тематический план
2 класс (68ч)**

№	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
1-2	Вводное занятие. Разминка: броски ног, движения на координацию. Русский стиль (базовые движения). Видеоматериалы.	Правила работы на разминке (последовательность упражнений)	2
3-6	Танцевальная композиция на песню «Лимонадный дождик» - разучивание движений (вступление, 1-я часть)	Базовые движения в русском стиле, контроль постановки рук, ног, исполняя движения в русском стиле	4
7-9	Усложнение упражнений в разминке. Танцевальная композиция на песню «Лимонадный дождик» - работа над движениями, последовательностью во 2, 3 частях.	Последовательность движений в русской композиции, лексику танцевальной терминологии.	3
10-12	Чешский танец «Полька» - видео, разучивание 2-ой части (смена партнера). Танцевальная композиция на песню «Лимонадный дождик» - отработка последовательности движений и стиля.	Последовательность движений в русской композиции, лексику танцевальной терминологии.	3
13-16	Танцевальная композиция на песню «Лимонадный дождик» - отработка на сцене.«Полька» - работа над 2-ой частью (в паре).Работа над новогодней танцевальной композицией.	Последовательность движений в русской композиции, лексику танцевальной терминологии.	4
17-20	Разминка (усложнение - «волна» вперед, назад). Разучивание танцевальной композиции в стиле «самбы» - «Дорога к солнцу»	Проявлять эмоциональность и выразительность, фиксировать отдельные	4

	(повороты). Работа над новогодней танцевальной композицией.	моменты в позе.	
21-24	Разминка «волна» в стороны. Работа над движениями в композиции «Дорога к солнцу» (повороты в паре). Работа над новогодней танцевальной композицией.	Построение и перестроение парами и по одному.	4
25-26	Разминка (подвижность грудной клетки). Отработка танцев: «Полька», «Лимонадный дождик», «Дорога к солнцу».	Проявлять эмоциональность и выразительность, фиксировать отдельные моменты в позе.	2
27-31	Отработка всех новогодних танцевальных композиций и песен с движениями: «Карнавал», «Хоровод», «Самовар».	Проявлять эмоциональность и выразительность, фиксировать отдельные моменты в позе.	5
32-33	Разминка- «волна» (в стороны, вперед, назад). Разучивание базовых элементов в русском стиле.	Правила работы на разминке (последовательность упражнений); основные шаги в латиноамериканском танце «Самба».	2
34-35	Занимательная разминка - прыжки, наклоны, движения бедрами. Разучивание движений к патриотической тематике.	Слышать и понимать значение вступительных аккордов в упражнении и танцевальной композиции.	2
36-39	Маршевый шаг под музыку с перестроениями (видео - парад, танцы).	Правила работы на разминке (последовательность упражнений), построения и перестроения группами.	4
40-43	Отработка маршевого шага под музыку в строю (перестроения - шеренга, колонна, повороты).	Особенности танцевальной маршевой музыки.	4
44-45	Разминка - элементы пластики рук, тела. Танцевальный этюд на	Самостоятельно ускорять и замедлять	2

	пластику.	темп движений.	
46-49	Ориентирование в стилях (музыкально-слуховой опыт).	Элементы основ народного и эстрадного танцев	4
50-51	Разучивание «Вальса» - основной шаг (на месте и дорожка по ходу движения).	Элементы основ изучаемых балльных танцев.	2
52-55	«Вальс» - основной шаг (по одному и в паре). Разучивание танцевальной композиции «Привет, Лето!».	Постановка корпуса (рук, ног, головы), фиксирование отдельных моментов в позе.	4
56-59	Военная тематика: Танцевальная композиция «Журавли» - (просмотр видео). Разучивание. Работа над движениями, выразительностью в танцевальной композиции «Привет, Лето!».	Выразительно и эмоционально передавать характер танца.	4
60-61	Военная тематика: Танцевальная композиция «Журавли» - работа над синхронностью движений.	Выразительно и эмоционально передавать характер танца.	2
62-66	Танцевальная композиция «Привет, Лето!» - работа над стилем в движениях. Подготовка к школьному флешмобу 1-х, 2-х, 3-х, 6-х, 7-х и 10-х классов.	Выразительно и эмоционально передавать характер танца.	5
67-68	Работа на сцене. Участие в школьном флешмобе. Урок-концерт.	Выразительно и эмоционально передавать характер танца.	2
	Итого по программе:		68 ч

Учебно-тематический план
3 класс (68ч)

№	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
1-2	Водное занятие. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. Видеоматериалы.	Технология работы на разминке (последовательность упражнений).	2
3-6	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Танцевальная композиция.	Ритмические хлопки, выстукивания, притопы, уметь контролировать постановку рук, ног, исполняя движения.	4
7-9	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. Понятие о рабочей и опорной ноге. Высота шага, распределение тяжести корпуса на рабочую ногу. Танцевальная композиция.	Основные танцевальные точки, высоту шага. Уметь равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.	3
10-12	Понятие о рабочей и опорной ноге. Высота шага и равномерное распределение тяжести корпуса на рабочую ногу. Танцевальная композиция	Основные танцевальные точки, высоту шага.	3
13-16	Понятие «шаг» 45, 90, 180 градусов. Растяжка. Подход к хореографической терминологии. Разучивание новогодней танцевальной композиции.	Исполнение движения с разной высотой шага	4
17-20	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс. Видеоматериалы. Работа над новогодними танцевальными композициями.	Сценический ракурс танцора, должны уметь фиксировать отдельные моменты в позе.	4
21-24	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце. Работа над новогодними танцевальными композициями.	Музыкальные понятия, построения и перестроения парами и по одному в танце.	4
25-26	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	Умение применять фигуры в танцевальных	2

	Обработка новогодних танцев	композициях.	
27-31	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. Выразительные средства музыки и танца. Отработка всех новогодних танцевальных композиций и песен с движениями.	Выразительно и эмоционально передавать характер танцев.	5
32	Новогодний праздник.	Понятия о культуре общения со сверстниками, самостоятельно проявлять в двигательной деятельности, в творчестве.	1
33-34	Три «кита» в музыке. Песня и танец. Из чего состоит песня. Самые известные танцы (полька, вальс).	Основные различия понятий «песня», «танец».	2
35-36	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом. Разучивание движений к патриотической тематике.	Значение вступительных аккордов в упражнении и танцевальной композиции.	2
37-40	Танцевальный элемент «Марш». Видеоматериалы. Маршевый шаг под музыку с перестроениями.	Маршевый шаг с перестроениями, построения и перестроения группами.	4
41-44	Упражнения на ориентацию в пространстве. Отработка маршевого шага под музыку в строю (перестроения - шеренга, колонна, повороты).	Маршевый шаг с перестроениями, построения и перестроения группами	4
45-46	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика. Видеоматериалы. Элементы пластики рук, тела. Танцевальный этюд на пластику.	Пластично и мягко двигаться под музыку.	2
47-50	Этюдная работа. Понятие «пантомима». Видеоматериалы. Игры: «Телефон», «Замри».	Понятие «пантомима», элементы основных движений в пантомиме.	4
51-52	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	Развитие бального танца, элементы основ	2

	Бальный танец «Вальс». Видеоматериалы. Разучивание «Вальса» - основной шаг (на месте и дорожка по ходу движения).	изучаемых бальных танцев.	
53-56	«Вальс»- основной шаг (по одному и в паре). Разучивание танцевальной композиции «Шалей- Валяй»	Понятие о культуре общения со сверстниками, самостоятельно проявлять в двигательной деятельности, в творчестве.	4
57-60	Военная тематика. Видеоматериалы. Танцевальная композиция «Журавли». Разучивание. Работа над движениями, выразительностью в танцевальной композиции «Шалей- Валяй».	Выразительно и эмоционально передавать характер танца.	4
61-62	Синхронность и координация движений в танцевальных композициях. Танцевальная композиция «Журавли» - работа над синхронностью движений	Синхронно исполнять движения в танцевальных композициях.	2
63-66	Партнер и партнерша. Понятие дуэт, квартет в танце. Этикет в парном танце. Танцевальная композиция в ритме рок-н-рола «Шалей-Валяй».	Умение чувствовать партнера в танце, соблюдая этикет.	4
67-68	Работа на сцене. Урок-концерт	Освоенные через упражнения движения, включающиеся в танцевальные номера.	2
Итого по программе:			68ч

Учебно-тематический план
4 класс (68ч)

№	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
1-3	Основные танцевальные правила. Позиции рук, ног. Постановка корпуса по позициям. Хлопки, притопы.	Ритмические хлопки, выстукивания, притопы, уметь контролировать постановку рук, ног, исполняя движения.	3
4-6	Танцевальная композиция «Мы за мир. Разучивание движений в композиции. Счет, активные движения.	Основные танцевальные точки, высоту шага. Уметь равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.	3
7-10	Основные танцевальные движения в композиции. Вступление (выход). Отработка движений «Ах, мамочка». Высота шага, распределение корпуса. Комбинация шагов, движений.	Основные танцевальные точки, высоту шага.	4
11-14	Отработка танца «Мы за мир», «Ах, мамочка». Растяжка в разминке. Шаги с бросками ноги вперед.	Исполнение движения с разной высотой шага	4
15-28	Разучивание новогодней композиции. Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Постановка корпуса на сцене. Ракурс. Понятие размера. Музыкальная фраза. Длительности в музыке и танце. Фигуры в танце. Линия, воротца, змейка. Настроение в музыке и танце. Характер исполнения	Ритмические хлопки, выстукивания, притопы, уметь контролировать постановку рук, ног, исполняя движения.	14
29-30	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. Выразительные средства музыки и танца. Отработка всех новогодних танцевальных композиций и песен с движениями.	Основные танцевальные точки, высоту шага. Уметь равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.	2

31	Новогодний праздник.	Основные танцевальные точки, высоту шага.	1
32-33	Три «кита» в музыке. Песня и танец. Из чего состоит песня. Самые известные танцы (полька, вальс).	Исполнение движения с разной высотой шага	2
34-35	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом. Разучивание движений к патриотической тематике.	Сценический ракурс танцора, должны уметь фиксировать отдельные моменты в позе.	2
36-39	Танцевальный элемент «Марш». Видеоматериалы. Маршевый шаг под музыку с перестроениями.	Музыкальные понятия, построения и перестроения парами и по одному в танце.	4
40-43	Упражнения на ориентацию в пространстве. Отработка маршевого шага под музыку в строю (перестроения - шеренга, колонна, повороты).	Умение применять фигуры в танцевальных композициях.	4
44-45	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика. Видеоматериалы. Элементы пластики рук, тела. Танцевальный этюд на пластику.	Выразительно и эмоционально передавать характер танцев.	2
46-49	Этюдная работа. Понятие «пантомима». Видеоматериалы. Игры: «Телефон», «Замри».	Понятия о культуре общения со сверстниками, самостоятельно проявлять в двигательной деятельности, в творчестве.	4
50-51	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. Бальный танец «Вальс». Видеоматериалы. Разучивание «Вальса» - основной шаг (на месте и дорожка по ходу движения).	Выразительно и эмоционально передавать характер танцев.	2
52-55	«Вальс»- основной шаг (по одному и в паре). Разучивание	Значение вступительных аккордов в упражнении и	4

	танцевальной композиции «Шаляй- Валяй»	танцевальной композиции.	
56-59	Военная тематика. Видеоматериалы. Танцевальная композиция «Журавли». Разучивание. Работа над движениями, выразительностью в танцевальной композиции «Шаляй-Валяй».	Маршевый шаг с перестроениями, построения и перестроения группами.	4
60-64	Синхронность и координация движений в танцевальных композициях. Танцевальная композиция «Журавли» - работа над синхронностью движений	Синхронно исполнять движения в танцевальных композициях.	4
65-66	Партнер и партнерша. Понятие дуэт, квартет в танце. Этикет в парном танце. Танцевальная композиция в ритме рок-н-рола «Шаляй-Валяй».	Умение чувствовать партнера в танце, соблюдая этикет.	2
67-68	Работа на сцене. Урок-концерт	Освоенные через упражнения движения, включающиеся в танцевальные номера.	2
	Итого по программе:		68ч

Учебно-материальное обеспечение программы

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» -М.: Айрис Пресс, 1999г.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат»-М.: ТЦ Сфера, 2009г.
3. Васильева Т. К. «Секрет танца» -С.-П.: Диамант, 1997г.
4. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование.-М.:Просвещение, 2011г
5. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы»-М.: ВАКО, 2007г.
6. Климов А. «Основы русского народного танца» -М.: Искусство, 1981г.
7. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание»-М.: Просвещение, 1989
8. Т. А. Зямина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие»-М.: Изд-во «Глобус», 2009г.
9. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие»-М.: ВЛАДОС, 2008г.