

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» составлена в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ (редакция от 02.06.2016, с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10.2009 г. № 373 (с изменениями от 26.11.2010г. № 1241, от 22.09.2011г. № 2357, от 18.12.2012г. № 1060, от 29.12.2014г. № 1643, от 31.12.2015г. № 1576);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 № 189, зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 03.03.2011 № 19993 (с изменениями от 24.11.2015 № 81);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" от 10.07.2015 № 26 (вместе с "СанПиН 2.4.2.3286-15. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...", зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 № 38528); Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;
- Концепция программы поддержки детского и юношеского чтения в Российской Федерации.

Цель:

Приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

- Принцип ценностно-смыслового равенства.

У педагога и воспитанника общая цель, интересная совместная деятельность, одинаковые взгляды на общечеловеческие ценности, позиция равенства. Ведущим в отношении взрослого и ребёнка является принцип: «Хоть ты и маленький, но такой же человек, как и я, я уважаю тебя. Мы вместе делаем общее дело».

- Принцип креативности.

Творческую личность можно воспитать только в творческой обстановке и при участии педагога творящего.

- Принцип сознательности.

Предусматривает заинтересованность, а не механическое усвоение детьми необходимых знаний и умений.

- Принцип комплексности, системности и последовательности.

Обязывает строить процесс обучения таким образом, чтобы учебная деятельность связывалась со всеми сторонами воспитательной работы, а владение новыми знаниями, умениями и навыками опиралось на то, что уже усвоено.

- Принцип коллективности.

Педагогу необходимо воспитывать социально-значимые качества у ребёнка, развить его как члена общества, коллектива.

Условия реализации программы

Если в течение учебного года обучение носит ознакомительный характер и проводится в форме разминок, игровых занятий, бесед и отработки практических навыков.

Занятие не должно сводить к механическому воспроизведению движений, урок будет эффективнее при использовании образных средств, ассоциативных сравнений, усиливающих восприятие хореографического материала. На занятиях дети изучают танцевальные игры, которые позволяют расслабить и закрепить мышцы рук, ног, корпуса и головы, развивать творческие способности. В зависимости от поставленных задач, на занятиях используются различные методы обучения: словесные, наглядные и практические. Каждый ребёнок может попробовать себя в роли педагога и провести мини-разминку или, разделившись на пары, более сильный ученик отрабатывает движения с более слабыми. Угасание у детей интереса к деятельности – это сигнал для немедленного переключения на новые методы и приёмы. Необходимо сменить репертуар или заменить трудное движение на более лёгкое. Для мальчиков желателен использование трюковых элементов. На втором году обучения в процессе репетиционно-постановочной работы нарабатывается техника танца, разучиваются новые танцевальные движения, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актёрское мастерство. Методы: наблюдения, убеждения, создание ситуации успеха для каждого ребёнка помогают успешной реализации программы.

На одном занятии дети могут изучать несколько разделов хореографического искусства, например: станок и середина – классический танец, разучивание русского танца, урок актёрского мастерства, игра. Урок строится так, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания.

Работа с родителями

- Индивидуальные встречи и беседы с родителями;
- Родительские собрания;
- Посещение занятий родителями;
- Помощь родителей в подготовке и проведении праздников и концертов;
- Посещение концертов, открытых занятия

Программа разработана для параллели 1 классов, рассчитана на 66 часов в год, 2 часа в неделю.

1.РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоциональноценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

- **регулятивные**
 - ✓ способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
 - ✓ в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
 - ✓ накопление представлений о ритме, синхронном движении.
 - ✓ наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности
 - **познавательные**
 - ✓ навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- Учащиеся должны уметь:
- ✓ готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

- ✓ под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
 - ✓ ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
 - ✓ ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
 - ✓ ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
 - ✓ соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
 - ✓ выполнять игровые и плясовые движения;
 - ✓ выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
 - ✓ начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
- коммуникативные
 - ✓ умение координировать свои усилия с усилиями других;
 - ✓ задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций

По окончании 1-го года обучения:

Дети должны научиться внимательно слушать музыку и передавать её в движении, научиться держать линеечку, круг, промежутки, научиться маршировать, выучить все разновидности движения польки, должна развиться выносливость и трудолюбие, стремление к победе, дисциплинированность, внимание, музыкальный ритм, хореографическая пластика, координация движений.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Теоретические сведения

а) элементы музыкальной грамоты, определение и передача движений:

- характер музыки (веселый, грустный);
- темп (медленный, быстрый);
- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетной формы (выступление, запев, припев);
- жанров музыки (марш, песня, танец);
- пауза (четвертной, восьмой).

б) сведения о первых танцах древности.

2. Партерная гимнастика – упражнения, лёжа и сидя на полу

а) растяжка:

- достать руками до пальчиков ног;
- жгут, шпагат;
- «лягушка»;
- достать коленями до пола (сидя на полу);
- достать головой до колен;

б) упражнения на развитие гибкости:

- «корзиночка», «цветочек», «лодочка»;
- «мостик».

3. Ритмика

1) упражнения на развитие ориентации в пространстве (построение в колонну по 1, по 2, переход парами, четвёрками в движении и на месте, построение в круг, движение по кругу);

2) упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов (напряжение и расслабление мышц рук, сгибание костей, мышц ног, вращение стоп, повороты головы, круговые движения плечами);

3) упражнения на развитие художественно-творческих способностей (играем в скакалку, мяч, собираем ягоду, сажаем картошку, проснулись – потянулись).

4. Народный танец

Основные позиции и положения рук и ног, положения головы и корпуса, развитие координации движения

Дети учатся двигаться по кругу по одному и в парах.

4.1 Русский танец.

1) значение танца в жизни русского народа.

Русский народный танец часть национальной культуры русского народа. Связь русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом. Места, где проходили гулянья. Разнообразие народный игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, традициями и природой. Традиции, сложившиеся в исполнении русского народного танца.

2) основные позиции и положения ног и рук в русском танце:

- подготовительные;
- первое: руки на талии;
- второе: руки подняты на уровне груди, ладони повернуты вперёд слегка вверх;
- третье: руки раскрыты в стороны;
- четвёртое: руки скрещены на уровне груди;
- положение рук в парных танцах;
- открывание и раскрывание рук;

3) основные движения:

- поклоны и основные движения;
- притопы (одинарный, двойной, тройной);
- шаги (простой, плавный, скользящий, переменный, быстрый, галоп);
- ковырялочки;
- припадание;
- подготовка к присядкам;
- присядки.

4.2 Белорусский танец.

а) характерные особенности исполнения белорусских танцев их значение для народа.

б) основные движения белорусского танца:

- притопы одинарные;
- подскоки по 6-й позиции на месте и в продвижении;
- тройные подскоки;
- тройные притопы с поклоном;
- тройные соскоки с разворотами на месте.

в) разучивание танца «Бульба»

5. Актёрское мастерство

1) движения в образах сказочных персонажей (зайца, лисы, волка, мышей и т.п.);

2) упражнения на развитие художественно-творческих способностей (цирковая лошадка, снежинки, канатоходцы, весёлые барабанщики, лыжники);

3) движения в образах любимых героев мультфильмов (чебурашка, Буратино, кваки – задаваки и др.).

6. Игра

разучивание музыкально-танцевальных игр:

- «Коза дереза»;
- «Больше не буду с тобой танцевать»;
- «Буги-вуги»;
- «Вперёд 4 шага».

7. Постановочная и репетиционная работа

- разучивание новых движений;
- разучивание этюдов;
- постановка танцев (на выбор педагога);
- репетиции на сцене;
- репетиции в костюмах;
- сводные репетиции.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	ТЕМА	Количество часов	
		Первый год обучения	
		Теоретические, часы	практические, часы
1.	Теоретические сведения		-
2.	Партерная гимнастика		10
3.	Ритмика	2	10
4.	Народный танец		
4.1	Русский танец	1	5
4.2	Танцы народов Мира	1	5
5.	Актёрское мастерство	2	5
6.	Игра	1	5
7.	Постановочная и репетиционная работа		
7.1	Постановка танцев	-	3
7.2	Репетиции	-	3
8.	Концертная деятельность	-	3
	ВСЕГО	66	

*Приложение***Материально-техническое обеспечение**

1. Книгопечатная продукция	Количество
2. Печатные пособия	
3. Технические средства обучения	
Принтер	Д
Персональный компьютер	Д
Магнитофон	Д
4. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование	
Гимнастические коврики	К
5. Экранно-звуковые пособия	

Д – демонстрационный экземпляр (не менее 1 экземпляра на класс);

К – полный комплект (для каждого ученика класса);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее чем 1 экземпляр на двух человек);

П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на человек)