**Программа по ритмике**

**3 года обучения**

**2015-2016 учебный год**

**Автор – учитель ритмики ЖМСОШ №2 Котикова Н.Г**

**Пояснительная записка.**

Ритмика - это синтетический вид деятельности, в основе которого лежит музыка и движение.

**Образовательная цель программы:** Освоение большого объёма разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру.

**Развивающая цель программы** - Развитие танцевальных навыков, чувства ритма, музыкальности, координации, моторной памяти, выработке здоровой осанки.

**Воспитательная цель:** Воспитание у учащихся живого интереса к танцевальному искусству. Приобщение подрастающего поколения к национальной культуре разных народов, к их духовным и нравственно-этическим ценностям.

Программа нацелена на укрепление физического здоровья в условиях школьного обучения, снижения психологического напряжения, релаксации в процессе движения под музыку всех детей - не только способных и одарённых в музыкальном отношении.

**1.Задачи обучения и воспитания учащихся**.

1. Развитие музыкальности:

* развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её характер, настроение, понимать содержание.
* развитие специальных музыкальных способностей – музыкального слуха, чувства ритма.
* развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

* Развитие ловкости, точности, координации движений.
* Развитие гибкости и пластичности.
* Формирование правильной осанки, красивой походки.
* Развитие умения ориентироваться в пространстве.

3. Развитие творческих способностей:

* Развитие воображения и фантазии.
* Развитие способности к импровизации в движении.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

* Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике.
* Развитие восприятия, внимания, памяти.

5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

* Воспитание умения вести себя в группе во время движения.
* Формирование чувства такта в общении с группой детей и взрослыми.

Программа рассчитана на 34 учебных часа в год с учетом предполагаемых потерь рабочего времени в связи с праздничными днями.

**2. Содержание программы.**

Все три года обучения разбиты на блоки:

1. Детский эстрадный танец - 8 ч. (1-2 год обучения)
2. Современный танец – 8 ч. (3- год обучения)
3. Сюжетный танец - 5 ч.
4. Новогодняя мозаика - 3 ч.
5. Народный танец -8 ч.
6. Детский бальный танец – 8 ч.
7. Повторение – 2 ч.

Такое распределение материала по блокам внутри учебного года и их повторение на протяжении трёх лет обучения отвечают основным педагогическим принципам – систематичности, постепенности и последовательности. При переходе от первого года обучения к следующим в каждом блоке материал усложняется. За три года обучения учащиеся получают необходимые теоретические знания о разнообразии танцевальных жанров, осваивают большое количество доступных для их возраста танцевальных движений. Ежегодно они разучивают элементы десяти танцев, по окончании третьего года обучения им знакомы движения многих танцев. В программу включен обязательный региональный компонент – изучение основных движений якутского танца. Знакомство с танцами народов мира способствует воспитанию толерантности. Отдельный блок представляют новогодние хороводы и ритмические игры. Они позволяют всем учащимся младших классов стать активными участниками новогодних праздников.

***3.Показатели уровня развития детей.***

1. Выразительность, лёгкость и точность исполнения движений под музыку;
2. Умение самостоятельно отображать в движении основные средства выразительности, правильно их называть;
3. Освоение большого объёма разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру: шаг на припадании, переменный шаг, шаг польки, различные виды галопа, вальсовый шаг, элементы движений из современных эстрадных и бальных детских танцев;
4. Способность к импровизации

***4.Методы и приёмы обучения.***

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание и повторение танцев) и по методам работы.

Эффективны такие методы как:

* беседа в виде вопросов и ответов,
* прослушивание и разбор музыки,
* показ педагогом движения в зеркальном отражении,
* показ упражнений детьми по желанию,
* показ упражнений условными жестами и мимикой,
* «провокации», то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизировать внимание детей и побуждения к самостоятельному исправлению ошибки;
* постоянное повторение пройденного;
* музыкальные игры и импровизации.

Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно движение. Повторяя его из урока в урок, учащиеся научатся выполнять его правильно и красиво. Не все композиции следует выучивать с детьми до уровня самостоятельного исполнения по памяти. Задача учащихся на уроках ритмики – накопить двигательный опыт, сформировать умения и навыки.

Учитель должен определять доступность музыкально-ритмических движений, учитывать физиологические и психологические особенности младшего школьного возраста, физическое здоровье и медицинские показания, осуществлять в ходе занятия, контроль за самочувствием детей. Учитель должен дать возможность ребёнку почувствовать уверенность в своих силах и побудить его к творческому самовыражению под музыку.

***5.Планируемые результаты освоения предмета.***

Базовым результатом образования в области ритмики в начальной школе является освоения учащимися основ танцевально –ритмической деятельности. Кроме того, предмет «Ритмика» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Ритмика»

**Универсальными компетенциями**

Учащихся на этапе начального общего образования по ритмике являются:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по ритмике являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами**  освоения учащимися содержания программы по по ритмике являются следующие умения:

- 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

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющего опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на приципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности оборудования. Организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

- видеть красоту движений, выделять их и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых движений изученного танцевального материала .

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по ритмике являются следующие умения:

- представлять ритмику как средство укрепления здоровья, физического, эстетического развития.

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку при выполнении движений, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием , соблюдать технику безопасности.

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр.

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения движений, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

-находить отличительные особенности в выполнении движений разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять танцевальные комбинации и композиции на необходимом техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения;

- выполнять базовые танцевальные упражнения, применять их в досуговой деятельности.

**1 год обучения (2 класс)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание | Компетенции | | | Вопросы контроля | Виды контроля | Элемент здоровье-сберегающих технологий |
| Детский  Эстрадный  танец.  8 ч. | Умение двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.  Умение передавать в движении простейший ритмический рисунок.  Понятие опорной и работающей ног.  Уметь выполнять порядок позиции ног и рук.  Уметь исполнять переменный шаг. Приставной, пружинящий.  Самостоятельно строить круг, ходить по кругу, взявшись за руки.  Соблюдать расстояние между парами, двигаясь по кругу. | | | 1. Как определить опорную и работающую ногу? 2. Определить муз. размер. 3. Определить характер муз. произведения. 4. Определить начало и окончание муз. фразы, части произведения. | Исполнить под муз. произведение простой ритмический рисунок.  Исполнить танец «В Африке».  Исполнить танец «Весёлые клоуны».  Исполнить «Танец гномов». | Улыбкотерапия  «Лучик»  Ритмотерапия  (муз.-ритмическое упражнение «Стоп-кадр». «Прогулка по сказочному лесу», «Делай, как я») |
| Сюжетный  танец.  5 ч. | Слышать и отмечать в движении сильную долю такта (хлопками)  Менять движение в соответствии с формой муз. произведения.  Уметь выражать эмоции в мимике и пантомимике:  радость, грусть, страх, тревогу и т.д. | | | 1. Изобразить с помощью мимики и жестов тревогу. 2. Изобразить радость. 3. Изобразить удивление. 4. Изобразить грусть. 5. Изобразить страх. | Исполнить танец «в нашем дворе».  Исполнить танец «Птичий двор». | Улыбкотерапия  «Рожицы»  Терапия творчеством  «Паровозик» |
| Новогодняя  мозаика.  3 ч. | Ритмично, выразительно двигаться прямым галопом.  Кружиться на подскоке в парах.  Развивать выразительность жестов  Самостоятельно начинать движения после выступления. | | |  | Исполнить новогоднюю танцевальную композицию. | Улыбкотерапия  «Куклы»  Сказкотерапия  «Колобок» |
| Народный  танец.  8 ч.   1. Русский танец.   4 ч.   1. Якутский танец.   4 ч. | Основные положения рук и ног в русском танце.  Основные положения рук и ног в якутском танце.  Выполнять простые шаги, плясовые движения русского танца (притопы, ковырялочка, присядка, моталочка,хлопушки,дробные движения…)  Уметь выполнять движения якутского танца (боковой прыжок, шаг на крест, шаги с ударом пяткой).  Подражательные элементы якутского танца. | | | 1. Какие движения русского танца вам известны? 2. Положение рук в русском танце. 3. Положение ног в русском танце. 4. Какие движения якутского танца вам известны? 5. Положение рук в якутском танце. 6. Положение ног в якутском танце. | Исполнить композицию русского народного танца  Исполнить композицию якутского танца  Подражательные элементы якутского танца: бег оленя, прыжок оленя, гусиный ход. | Улыбкотерапия  Фольклорная арттерапия  (рус. народная игра «Ладушки») |
| Детский  бальный  танец.  8 ч.   1. «Полька»   4 ч.   1. «Галоп»   4 ч. | Знать движения танца «Полька».  Знать движения танца «Вальс цветов».  Умение самостоятельно начинать движения после вступления.  Уметь двигаться шагом польки, галопом. | | | 1. Положение рук в бальном танце. 2. Какие бальные танцы вы знаете? | Исполнить шаг польки, галоп.  Исполнить польку.  Исполнить танец «Галоп». | Улыбкотерапия  Музыкотерапия |
| Повторение  2 ч. |  |  |  |  |  |  |

**2 год обучения (3 класс)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание | Компетенции | | | | Вопросы контроля | | Виды контроля | | Элемент здоровьесберега--ющих технологий |
| Детский  Эстрадный  танец.  8 ч. | Выполнять несложный ритмический рисунок.  Уметь ускорять и замедлять движения в зависимости от темпа.  Менять движения, следуя динамичным изменениям музыки.  Передавать в движении характер музыки.  Менять характер одного и того же движения со сменой характера музыки. | | | | 1. Определить в муз. произведении начало фразы после вступления. 2. Определить характер муз. произведения. | | Исполнить под муз. произведение несложный ритмический рисунок.  Исполнить танец «Сюрприз», «Танец кукол», Озорники», | | Улыбкотерапия  «Лучик»  Ритмотерапия  (муз.-ритмическое упражнение «Зеркало». «Вечное движение») |
| Сюжетный  танец.  5 ч. | Передавать в пластике музыкальный образ.  Чувствовать в музыке переход от умеренного к быстрому или медленному темпу. | | | |  | | Исполнить танец «Кошки-мышки».  Исполнить танцевальную композицию «В гостях у сказки». | | Улыбкотерапия  «Рожицы»  Терапия творчеством «После дождя» |
| Новогодняя  мозаика.  3 ч. | Выполнение танцевальной композиции от начала до конца самостоятельно  Уметь самостоятельно отображать в движении основные средства муз. выразительности.  Освоение сложных движений: шаг на припадании, виды галопа. | | | |  | | Исполнить новогоднюю танцевальную композицию. | | Улыбкотерапия  «Куклы»  Сказкотерапия  «Репка» |
| Народный  танец.   1. ч.   Белорусский танец. 4 ч.  Еврейский танец. 4 ч. | Знать основные положения рук и ног в белорусском танце. Основные движения белорусского танца.  Уметь исполнять простые  движения белорусского танца.(«подбивка-маятник»,основной ход «Лявонихи», «подбивка с переступанием». «отбивка»  Знать основные движения еврейского танца  Уметь исполнять движения еврейского танца (боковые ходы, прыжки, подскоки) | | | | 1. Какие белорусские движения вы знаете? | | Исполнить танцевальную композицию на основе белорусских движений  Исполнить танцевальную композицию еврейского танца | | Улыбкотерапия  Фольклорная арттерапия  (рус. народная игра «Ручеек», разыграть песню «Как на тоненький ледок» |
| Бальный  танец.  8ч.  «Сальса». 4ч.  .  «Фигурный вальс». 4 ч. | Уметь исполнять основные движения «Сальса».  Уметь выполнять «балансе», «лодочку», «до-за-до».  Ускорять и замедлять темп разнообр. движений. | | | | 1. Происхождение «Сальса». 2. Муз. размер. 3. Происхождение вальса. 4. Муз. размер. | | Исполнить танец «Сальса».  Исполнить танец «Фигурный вальс». | | Улыбкотерапия  Музыкотерапия  «Дережирование на воображаемых инструментах» |
| Повторение  2 ч. |  |  |  | |  | |  | |  |
| **3 год обучения (4 класс)** | | | | | | | | | |
| Содержание | Компетенции | | | | Вопросы контроля | Виды контроля | | Элемент здоровьесберега--ющих технологий | |
| Совре6мен- ный танец 8ч  Хип-Хоп  4ч.  «Танцуй с нами»  4ч. | Уметь самостоятельно отображать в движении основные средства муз. выразительности.  Различать части и фразы произведения. Динамические оттенки и передавать их в движении.  Уметь исполнять базовые движения Хип-Хопа | | | | Определить характер муз. произведения. | .  Исполнить движения танца «Хип-хоп». Исполнить танец «танцуй с нами» | | Улыбкотерапия  «Лучик»  Ритмотерапия  (муз.-ритмичес-кое упражнение «Порхающая бабочка»)  Логоритмика | |
| Сюжетный  танец.  5 ч. | Воспроизведение музыкального образа с помощью жестов и мимики.  Формировать умение действовать с воображаемыми предметами.  Уметь передавать в ритмо-пластических импровизациях черты характеров, оттенки настроений. | | | |  | Исполнить «Танец Подводное царство».  Исполнить танец «Встреча». | | Улыбкотерапия  «Рожицы»  Терапия творчеством  «Мультяшки» | |
| Новогодняя  мозаика.  3 ч. | Самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением. Освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру. | | | |  | Исполнить новогоднюю танцевальную композицию. | | Улыбкотерапия  «Куклы»  Сказкотерапия  «Теремок» | |
| Народный  танец.  8ч.  Украинский танец 4ч  Казахский танец. 4 ч. | Знать положения рук украинского танца. Знать основные движения танца украинского танца.  Знать положение рук в татарском танце.  Знать основные движения татарского танца.  Уметь исполнять основные  движения украинского танца (веревочка. бегунец, ковырялочка .припадание. мальчики- ползунок, низкий голубец. присядка).  Уметь исполнять движения казахского танца для девочек :переменный ход, переступания на месте ,шаги с подскоками. .Боковой ход с одной ноги. Для девочек движения рук. | | | | Какие движения украинского танца вы знаете? | Исполнить комбинацию украинского танца танец.  Исполнить композицию на основе казахского танца | | Улыбкотерапия  Фольклорная арттерапия  «разыграть песню «Жили у бабуси два веселых гуся») | |
| Бальный  танец.8 ч.  «Ча-ча-ча». 4ч..  «Медленный вальс».  4ч. | Позиция в паре (стойка).  Уметь выполнять шаг «Ча-ча-ча».  Уметь выполнять вальсовый квадрат, восьмерку.  Уметь выразительно исполнять движения.  . | | | | 1. Происхождение «Ча-ча-ча». 2. Муз. размер. 3. Происхождение вальса. 4. Муз. размер. | Исполнить танец «Ча-ча-ча».  Исполнить танец «Медленный вальс». | | Улыбкотерапия  Музыкотерапия  «Игра на воображаемых инструментах» | |
| Повторение  2 ч. |  |  | |  |  |  | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| предмет | Учебные недели | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 1 | 2 | 3 | | 4 | 5 | 6 | | 7 | 8 | | 9 | 10 | | | 11 | | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | |
| Ритмика  **1-й год** обучения  (2 кл.) | ***Детский эстрадный танец (8 ч.)*** | | | | | | | | | | | ***Сюжетный танец***  ***(5 ч.)*** | | | | | | | | | | | ***Новогодняя***  ***Мозаика***  ***(3 ч.)*** | | | | | | ***Народный танец (8 ч.)*** | | | | | | | | ***Детский бальный танец***  ***(8 ч.)*** | | | | | | | | |
| **«в Африке»**  **3 ч.** | | | **«весёлые клоуны»**  **3 ч.** | | | | **«Гномики»**  **2 ч.** | | | | **«В нашем дворе»** | | | | | **«Птичий двор»** | | | | | | **По новогоднему сценарию** | | | | | | **Русский танец** | | | | **Якутский танец** | | | | **«Весёлая**  **Полька»**  **4ч.** | | | **«Галоп»**  **4ч.** | | | **33-34** неделя  Повторение  (2ч.) | | |
| предмет | Учебные недели | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 1 | 2 | 3 | | 4 | 5 | 6 | | 7 | | 8 | | | 9 | 10 | | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | 32 |
| Ритмика  **2-й год** обучения  (3кл.) | ***Детский эстрадный танец (8 ч.)*** | | | | | | | | | | | | | ***Сюжетный танец***  ***(5 ч.)*** | | | | | | | | | | ***Новогодняя***  ***Мозаика***  ***(3 ч.)*** | | | | | ***Народный танец (8 ч.)*** | | | | | | | | ***Детский бальный танец***  ***(8 ч.)*** | | | | | | | | |
| **«Сюрприз»** | | | | **«Танец кукол»**  **3 ч.** | | | | **«Озорники»**  **2 ч.** | | | | | **«Кошки-мышки»** | | | | | | **«в гостях у сказки »** | | | | **По новогоднему сценарию** | | | | | **Белорусский**  **танец** | | | | **Еврейский танец** | | | | **«Сальса»**  **4ч.** | | | **«Фигурный вальс»**  **4ч.** | | | **33-34** неделя  Повторение  (2ч.) | | |
| предмет | Учебные недели | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 1 | 2 | 3 | | 4 | 5 | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | 32 |
| Ритмика  **3-й год** обучения  (4кл.) | ***Современный танец (8 ч.)*** | | | | | | | | | | | | ***Сюжетный танец***  ***(5 ч.)*** | | | | | | | | | | | ***Новогодняя***  ***Мозаика***  ***(3 ч.)*** | | | | | ***Народный танец (8 ч.)*** | | | | | | | | ***Детский бальный танец***  ***(8 ч.)*** | | | | | | | | |
| **Хип-хоп**  **4 ч.** | | | | | **Соврем-й эстрадный танец**  **«танцуй с нами»**  **4 ч.** | | | | | | | **«Танец**  **Подводное царство»** | | | | | | | **«Встреча»** | | | | **По новогоднему сценарию** | | | | | **Украинский танец** | | | | **Казахский танец** | | | | **«Ча-ча-ча»**  **4ч.** | | | **«Медлен - ный вальс»**  **4ч.** | | | **33-34** неделя  Повторение  (2ч.) | | |
|  |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

**Календарное планирование на 2015-2016 уч.год.**