**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 танцаИсполнить композицию якутского танцаПодражательные элементы якутского танца: бег оленя, прыжок оленя, гусиный ход. | УлыбкотерапияФольклорная арттерапия(рус. народная игра «Ладушки») |
| Детский бальныйтанец.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». | УлыбкотерапияМузыкотерапия |
| 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 самостоятельноУметь 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 движенийИсполнить танцевальную композицию еврейского танца | УлыбкотерапияФольклорная арттерапия(рус. народная игра «Ручеек», разыграть песню «Как на тоненький ледок» |
| Бальныйтанец.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». | УлыбкотерапияМузыкотерапия«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 8чХип-Хоп4ч.«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 4чКазахский 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 основныедвижения 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 | УлыбкотерапияФольклорная арттерапия«разыграть песню «Жили у бабуси два веселых гуся») |
| Бальныйтанец.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». | УлыбкотерапияМузыкотерапия«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** неделяПовторение(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** неделяПовторение(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** неделяПовторение(2ч.) |
|  |  |

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