

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия № 52  
Приморского района Санкт-Петербурга

**РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА**  
Педагогическим советом  
ГБОУ гимназии № 52 Приморского района  
Санкт-Петербурга

Протокол от 30.08.2018 № 1

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор ГБОУ гимназии № 52

 И.В. Гузаева

Приказ от 31.08.2018 № 60

**Рабочая программа по внеурочной деятельности**

**«РИТМИКА»**

**для 1-ых классов**

Составитель:  
Вартанян Л.А.  
педагог -организатор  
ГБОУ гимназии № 52  
Приморского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург  
2018 г.

## Пояснительная записка

1. Рабочая программа по внеурочной деятельности «Ритмика» первого года обучения составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 № 373 (для первых-четвертых классов)
- Программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.; программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы
- Образовательная программа начального общего образования ГБОУ гимназии 52; Приморского района Санкт-Петербурга

### 2. Актуальность программы:

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Ритмика» предназначена для преподавания основ хореографического искусства с первого по четвертый класс в режиме учебных занятий. Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

### . Цели и задачи обучения.

*Образовательная цель программы:* приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

*Развивающая цель программы:* воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство; *Воспитательная цель программы:* профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

### Задачи курса:

дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и

настроением музыки; дать представление о танцевальном образе. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;

- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обеспечить творческое развитие, эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного и балетного танцев, воспитать культуру движения;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

**3. Рабочая программа в соответствии с учебным планом рассчитана на 33 занятия, по 35 мин каждое**

#### **4. Используемая литература**

- . Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (- Киев: Музична Україна, 1985)
- . Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
- . Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (- М.: Издательство «Глобус», 2009)
- . Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)
- . Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие». (- СПб.: Детство-пресс, 2001)

#### **5. Планируемые результаты освоения курса**

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

- 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

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

### **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**

- ✓ 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;

- **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.

### **Предметные результаты**

- ✓ 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;
- ✓ правильно выполнять упражнения: «Часики», «Качели», «Мельница»

## **6. Организация образовательного процесса.**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: муз.грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объеме, или проводятся отдельными уроками по темам.

## **7. Формы, периодичность и порядок текущего контроля.**

Форма отчетности: организация концертной деятельности, выступлений один раз в четверть, отчетный концерт в конце учебного года.

## **Содержание учебного курса**

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука (тренаж).
3. Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).
4. Беседы по хореографическому искусству.
5. Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнения, движений, танцев, пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

### Тематическое планирование

№	Тема, наименование раздела	Количество часов
1	Элементы музыкальной грамоты	2
2	Музыкально — ритмические упражнения	3
3	Музыкально — ритмические упражнения, слушание музыки	3
4	Гимнастика	2
5	Элементы классического танца	4
6	Элементы народно-сценического танца	4
7	Детские бальные и народные танцы	2
8	Образные танцы ( игровые )	2
9	Постановка танцевальной композиции	4
10	История балета	1
11	Танцы народов РФ	1
12	Игровые этюды	2
13	Музыкально-танцевальные игры	3
Итого:		33 часа

## Учебно- тематический план

№ пп	Тема	Количество часов	Форма проведения
1	Введение. Что такое ритмика. Увлечь музыкой	1	презентация
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	танцевальный урок
3	Первый подход к ритмическому исполнению. (хлопки, выстукивания, притоп)	1	танцевальный урок
4	Понятие о правой ,левой руке. Правой и левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	1	танцевальный урок
5	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю.	1	презентация, танцевальный урок
6	Танцы народов РФ. Их особенности и костюмы	1	презентация
7	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	1	танцевальный урок
8	Ритмическая схема. Ритмическая игра	1	танцевальный урок
9	Ритмические упражнения с предметом ( мяч, платок)	1	Танцевальный урок
10	Простейшие танцевальные элементы в форме игры	1	Игра, танцевальный урок
11	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомимы.	1	физическая разминка, игра
12	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластическая гимнастика.	1	физическая разминка
13	Синхронность и координация движений.	1	физическая разминка
14	Упражнения для профилактики плоскостопия	1	физическая разминка
15-16	Гимнастика. Упражнения для развития правильной осанки	2	физическая разминка
17	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино»	1	танцевальный урок
18	Упражнения на расслабление мышц.	1	физическая разминка
19	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1	танцевальный урок, игры
20-21	Музыкальные, танцевальные темы	2	танцевальный урок
22-23	Разучивание простейших танцевальных элементов « Часики», « Качели», «Мельница»	2	танцевальный урок

24	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения	1	танцевальный урок
25-26	Аэробика	2	физическая разминка
27	Прохлопывание ритмического рисунка	1	танцевальный урок
28-29	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	2	физическая разминка
30	Гимнастика Parter	1	физическая разминка
31	Понятия размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1	танцевальный урок
32-33	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы	2	Презентация, танцевальный урок
	Итого	33 часа	