муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа №18 имени Героя Отечественной войны А.М. Бондарева» городского округа Самара

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководителем МО _____/ Шумилкиной Е.В на педагогическом совете МБОУ Школы №18 г.о. Самара Протокол №№ 1 от «31.08.2023г.»	Заместителем директора по УВР _____/ Шумилкиной Е.В Протокол №№ 1 от «31.08.2023г.»	Директор МБОУ Школы №18 г.о. Самара _____/ Черных Н.А. Протокол №№ 1 от «31.08.2023г.»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ШКОЛА № 18 ИМЕНИ ГЕРОЯ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ А.М. БОНДАРЕВА" ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ШКОЛА № 18 ИМЕНИ ГЕРОЯ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ А.М. БОНДАРЕВА" ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА
DN: C=RU, S=Самарская область, STREET=Стачечная, 48г, L=Самара, T=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ШКОЛА № 18 ИМЕНИ ГЕРОЯ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ А.М. БОНДАРЕВА" ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА, OGRN=1026303492637, CN=ЕРОЗ ГО 23207, ИНН ЮЛ=6315009630, ИНН=631107464604, E=moussh018@yandex.ru, G=Наталья Александровна, SN=Черных, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ШКОЛА № 18 ИМЕНИ ГЕРОЯ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ А.М. БОНДАРЕВА" ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА"
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Foxit Reader Версия: 9.7.0

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
«Ритмика»
4 класс

Самара городской округ, Самарская область 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Ритмика» предназначена для преподавания основ хореографического искусства 4 класс в режиме внеурочных занятий. Программа составлена с учётом современных тенденций в развитии физического воспитания в школе, возрастных особенностей школьников, их физического развития на основе дифференцированного и индивидуального подхода. Хорошее здоровье – один из главных источников счастья и радости человека, его неоценимое богатство.

Цель программы Формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие Творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих задач:

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально- ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- приобщение к музыке, восприятие, различие и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп;
- усвоение несложных музыкальных форм, развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Место программы в учебном плане: рабочая программа рассчитана на детей, обучающихся на уровне начального общего образования, составлена с учетом 34 учебных недель: 1 раз в неделю 1 час.

Содержание курса внеурочной деятельности.

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

В программу ритмики включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 6-10 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Занятия включают чередование различных видов деятельности:

музыкально - ритмические упражнения и игры,
прослушивание музыки,
тренировочные упражнения,
танцевальные элементы и движения,
творческие и самостоятельные
задания,

Материал программы включает следующие
разделы: 1. Ритмика, элементы музыкальной
грамоты.
2. Танцевальная азбука (тренажер).
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: упражнений, движений, танцев.

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

С первых занятий учащиеся приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

• правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
• художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмичная деятельность включает упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 3-4 классов, прослушивание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука».

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки учащихся. Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца. Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми. В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения
- разучивание танцевальных композиций

Вначале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию. Танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение, для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся.

На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика
- тренаж на середине зала
- танцевальные движения
- композиции различной координационной сложности

Раздел «Беседы по хореографическому искусству».

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течение всего курса обучения; включает в себя лекции по истории, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях.

Цель занятий состоит в том, чтобы помочь обучающимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов творческих концертов и т.д.

Раздел «Творческая деятельность».

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например, «Я — учитель танцев», «Я - художник по костюмам» и др. Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений. Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по темам.

Форма контроля: итоговое занятие, показ танца.

Результаты освоения курса

Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом.

Программа "Ритмика" нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных). Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования. И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей — не только способных и одаренных, но и в коррекционной работе с детьми, имеющими нарушения зрения.

Повторный метод характеризуется многократным выполнением упражнения через интервалы отдыха. Игровой метод упорядоченная игровая двигательная деятельность в соответствии с образным или условным "сюжетом", в котором предусматривается достижение определенной цели многими дозволенными способами.

Метод последовательности выражается в последовательном выполнении двигательных действий от простых упражнений до сложных, многосоставных элементов.

Метод круговой тренировки последовательное выполнение специально подобранного комплекса физических упражнений для развития и совершенствования физических качеств занимающихся.

Личностные результаты:

- укрепление культурной, этнической и гражданской идентичности в соответствии с духовными традициями семьи и народа;
- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
- формирование личностного смысла постижения искусства и расширение ценностной сферы в процессе общения с ритмикой и хореографией.
- развитие мотивов танцевальной - учебной деятельности и реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) творчества, продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач, в том числе танцевальных.
- развитие духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов.

Метапредметные результаты:

- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;
- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни микро - и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.);
- овладение способностью к творческой реализации собственных творческих замыслов через понимание целей, выбор способов решения проблем поискового характера;
- применение знаково-символических средств, для решения коммуникативных и познавательных задач;
- готовность к логическим действиям: анализ, сравнение, синтез, обобщение, классификация по стилям и жанрам танцевального искусства;
- планирование, контроль и оценка собственных учебных действий, понимание их успешности или причин не успешности, умение корректировать свои действия; • участие в совместной деятельности на основе сотрудничества, поиска

компромиссов, распределения функций и ролей;

- умение воспринимать окружающий мир во всем его социальном, культурном, природном и художественном разнообразии.

Предметные результаты:

•развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевальной – творческой деятельности;

•общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка и его духовно- нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;

•представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;

•использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;

•готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.

•участие в создании театрализованных и танцевально-пластических композиций, импровизаций, театральных спектаклей, танцевальных фестиваль.

Календарно-тематическое планирование

4 класс

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Примечания
1		Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев. Виды ходьбы. Мотив, ритм, темп, слово, движение.	1	
2		Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки)	1	
3		Упражнения с предметами, сложные упражнения с различными предметами. ОРУ. Разучивание разминки.	1	
4		Упражнения на выработку осанки. ОРУ. Основные правила.	1	
5		Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и	1	
6		Упражнения на расслабление мышц.	1	
7		Игры, эстафеты, упражнения с предметами: мячом, кегли, обруч, скакалка.	1	
8		Разучивание несложных мелодий	1	
9		ОРУ под музыку. Работа над растяжкой – наклоны.	1	
10		Шумовые музыкальные инструменты. Ознакомление: маракасы, треугольники, трещотки, металлофон,	1	
11		Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	1	
12		Коррекция и развитие связной устной речи (регулирующая функция)	1	
13		Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой	1	
14		Упражнения на координацию движений с предметами (флажками, мячами). Повтор упражнений за	1	
15		Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и	1	
16		Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и	1	
17		Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах. Наклоны,	1	
18		Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз,	1	
19		Упражнения на формирования умения начинать движения после вступления мелодии.	1	
20		Музыка моего тела (музицирование со звучащими жестами). Озвучивание стихотворений	1	

21		Игры со звуками (деревянными, металлическими, стеклянными и др.)	1	
22		Составление несложных танцевальных движений, композиций.	1	
23		Речевое музицирование. Игры с инструментами (озвучивание сказок). Импровизированное	1	
24		Музыкальная зарядка. Рассказывание сказок-шумелок.	1	
25		«Праздники России». Старинные русские обычаи.	1	
26		Современные музыкальные движения. Танцевальные движения. Просмотр видео фильма.	1	
27		Простейшие подражательные движения под музыку (мышки, лисы, медведя, кошки, полет	1	
28		Элементы народного танца. Исполнения элементов русской пляски, разученных в 3 классе,	1	
29		Разучивание несложных мелодий. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.	1	
30		Упражнения на различие элементов народных танцев. Шаги кадрили: три простых и один скользящий, носок ноги вытянут. Видео ролик.	1	
31		Прослушивание аудио- сказки.	1	
32		Упражнения на развитие координации. Шаги галопа, вальса, кадрили (видео презентация). Подскоки в повороте, с продвижением вперед, назад (спиной).	1	
33		Упражнения с предметами под музыку.	1	
34		Простые русские движения: присядка, простая «Веревочка», «Припадание» - видео просмотр. Основные движения народных танцев. Танец с хлопками. Итоговое повторение.	1	