

### **Нормативно- правовые документы для 1-4 классов**

- *Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;*
- *Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (далее – ФГОС начального общего образования);*
- *приказ от 31.12.2015 № 1576 «О внесении изменений в ФГОС НОО, утв. приказом Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 № 373»;*
- *Федеральный перечень учебников, рекомендованных и допущенных Министерством образования и науки по Приказу МО РФ от 31.03.2014 №253, ООП НОО, ООП ООО, одобренных Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию,*
- *Примерная основная образовательная программа начального общего образования,*
- *Примерные программы по учебным предметам,*
- *Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ «Гимназия №3 ЗМР РТ»,*
- *Учебный план МБОУ «Гимназия №3 ЗМР РТ».*
- *«Программа дополнительного общеразвивающего образования МБОУ «Гимназия №3 ЗМР РТ»*

**Цель программы** - гармоничное развитие духовных и физических способностей личности по средствам танцевального искусства

### **Актуальность**

*Слово ритмика произошло от слова ритм – что означает равномерное чередование каких-нибудь элементов. Ритм можно слышать, ощущать не только в музыке, но и в окружающей нас действительности: ритм дождя, ритм падающих снежинок, последовательность времен года, смена дня и ночи, солнечных и пасмурных дней, ритм определенных действий, ритм жизни, где светлая и темная полоса сменяют друг друга. Получается, что ритм можно уловить во всем, что нас окружает. Занятия музыкально-ритмической деятельностью способствуют физическому развитию детей: совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом. В основе обучения детей младшего школьного возраста положено игровое начало. Игра на уроке ритмики не является наградой или отдыхом после нелегкой работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе. Специфика обучения связана с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.*

## **ЦЕЛЬ:**

*Развитие познавательного, физического, художественно-эстетического потенциала личности, формирование творческой активности, воображения, речи в процессе обучения уроков ритмики. Оздоровление детей.*

## **ЗАДАЧИ:**

### **I. Обучающие:**

*Формирование представлений об окружающем мире;  
Знакомство с многообразием культуры разных народов;  
Научить учащихся работать с дополнительной литературой;  
Расширение кругозора учащихся.*

### **II. Воспитательные:**

*Воспитание эстетического вкуса (умения видеть красоту движения в танце);  
Воспитание чувства коллективизма;  
Воспитание нравственных качеств;  
Воспитание уважения к традициям и культуре других народов.*

### **III. Развивающие:**

*Приобретение правильных и прочных танцевальных навыков , участие в исполнении хореографической композиции.  
Творческое отношение к созданию образа  
Развитие чувства ритма, умения слушать музыку и отражать в движении характер музыки;  
Формировать общее физическое развитие учащихся;  
Развитие творческого воображения ребенка, совершенствования навыков творческого самовыражения;  
Развитие связной речи младших школьников.*

### **IV. Оздоровительные:**

*Нормализация мышечного тонуса,  
Выработка правильной осанки, коррекция плоскостопия;*

*Развитие чувства равновесия;  
Формирование способности к снятию мышечного напряжения (релаксационные упражнения);  
Учить правильному дыханию.*

### **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. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Программа по «Ритмике» ведется в рамках школьного компонента и не предусматривает оценивание учащихся.*

### **Принципы обучения.**

*Процесс обучения ритмики в основном построен на реализации дидактических принципов:*

***Принципы сознательности и активности** предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.*

***Принцип наглядности** помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.*

***Принцип доступности** требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.*

***Принцип систематичности** предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.*

**Принцип гуманности** в воспитательной работе выражает:

безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;  
глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;  
создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

**Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

**Методы и методические приемы обучения.**

В курсе обучения ритмики применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

**Метод использования слова** — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

рассказ,  
беседа,  
обсуждение,  
объяснение,  
словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

**Метод целостного освоения** упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

**Ступенчатый метод** широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

**Игровой метод** используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

### **Условия, необходимые для реализации программы.**

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

- Личностное общение педагога с ребенком;
- Наличие оборудованного кабинета;
- Широкое использование технических средств обучения (видео, аудио техника)

### **Прогнозируемый результат на конец года:**

#### **Знать:**

- название движений и упражнений;
- названия основных танцевальных движений;
- общие музыкальные понятия (характер, темп, ритм);

#### **Уметь:**

- подавать команды на различные перестроения в хореографическом классе, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- выполнять хореографические комбинации на уровне подготовленного ученика в этюдах танца «Полька», Русский лирический бального танца «Разрешите пригласить», татарского танца
- выполнять основные упражнения на равновесие, внимание, реакцию.
- выполнять комплекс упражнений ритмической гимнастики.
- запоминать и выполнять основные упражнения для разогрева тела .

- овладевать навыками исполнения изученных упражнений и исполнять их в различных музыкальных темпах.
- принимать участие в различных утренниках, праздниках и мероприятиях своего учебного учреждения.

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

Специализированный класс ( зеркала, классический станок)

Коврики для партерной гимнастики

Магнитофон

Костюмная база

### **Содержание учебного предмета**

<b>Название раздела</b>	<b>Краткое содержание</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Введение в предмет</b>	<p>Цели и задачи обучения, содержание программы. правила поведения в хореографическом зале правила безопасной и дисциплины.</p> <p>Элементарные основы музыкальной грамоты включают в себя понятия о средствах музыкальной выразительности (ритм, темп, динамика и т.д. ). Эти знания необходимы для сознательного восприятия музыкальных произведений.</p> <p>Систематическое слушание и анализ музыкальных произведений , развитие музыкальных способностей, художественного вкуса.</p> <p>Упражнения на согласование движений с музыкой ,выполнения упражнений в определенном ритме и темпе, в соответствии с содержанием и построением музыкального произведения.</p> <p>Развития внимания, зрительной и двигательной памяти, , музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной восприимчивости, понимания музыки.</p>	5
<b>Танец «Полька»</b>	<p>Знакомство с музыкальным материалом танца. «Полька»</p> <p>История, место происхождения и характер исполнения.</p>	5

	<p><i>Изучение основных движений танца «Полька»</i></p> <p><i>Точные позиции положения и движения рук</i></p> <p><i>Особенности стиля исполнения.</i></p> <p><i>Композиционные перестроения в группе во время движения в танцевальном классе</i></p>	
<b>«Весёлая зарядка»</b>	<p><i>Изучение основных упражнения разминки.</i></p> <p><i>Тренировочные упражнения на запоминания порядка исполнения спортивно-оздоровительных упражнений.</i></p> <p><i>Комплекс упражнений на развитие мускулатуры ног, рук, спины, формирование правильной осанки и координации движений.</i></p> <p><i>Подготовка организма ребенка к выполнению более сложных элементов.</i></p>	2
<b>Основные фазы ритма дыхания</b>	<p><i>Комплекс упражнений на технику дыхания.</i></p> <p><i>Движения связанные с ритмом дыхания.</i></p> <p><i>Контроль после каждого упражнения</i></p> <p><i>Свободно и правильно дышать при физических нагрузках</i></p>	3
<b>Русский лирический танец</b>	<p><i>Знакомство с музыкальным материалом русского лирического танца.</i></p> <p><i>История, место происхождения и характер исполнения.</i></p> <p><i>Изучение основных движений русского лирического танца.</i></p> <p><i>Культура общения между собой, в паре в танце, с окружающими.</i></p> <p><i>Приобретение правильных и прочных танцевальных навыков, участие в исполнении хореографической композиции.</i></p> <p><i>Творческое отношение к созданию образа. Беседы с детьми</i></p>	5
<b>Татарский танец</b>	<p><i>Знакомство с музыкальным материалом татарского танца.</i></p> <p><i>История, место происхождения и характер исполнения.</i></p> <p><i>Изучение основных движений татарского танца.</i></p> <p><i>Культура общения между собой, в паре в танце, с окружающими.</i></p> <p><i>Приобретение правильных и прочных танцевальных навыков, участие в исполнении хореографической композиции.</i></p> <p><i>Творческое отношение к созданию образа. Беседы с детьми</i></p>	5

<b>Координация движений</b>	<p><i>Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.</i></p> <p><i>Упражнения на координацию движений.</i></p> <p><i>На примере изучаемых танцевальных этюдов самостоятельно начинать движение после вступления.</i></p> <p><i>Достижение максимальных результатов урока с минимальной затратой энергии и времени занимающихся</i></p>	3
<b>Бальный танец «Разрешите пригласить»</b>	<p><i>Знакомство с музыкальным материалом Бального танца «Разрешите пригласить»</i></p> <p><i>История, место происхождения и характер исполнения.</i></p> <p><i>Изучение основных движений Бального танца «Разрешите пригласить»</i></p> <p><i>Задания на развитие музыкальных способностей.</i></p> <p><i>Музыкально-пространственные упражнений.</i></p>	5