

**Департамент Образования г. Москвы**  
**Общеобразовательная автономная некоммерческая организация**  
**«Средняя общеобразовательная школа «ИНТЕК»**

ПРИНЯТО  
решением педагогического совета  
ОАНО «СОШ «ИНТЕК»  
Протокол № 1 от 29.08.2016



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по ритмике**  
**подготовительный класс**

Составитель: Монастырская Т.Н.,  
Педагог - хореограф.

г. Москва

2016 г.

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом ФГОС ООО требований к общей общеобразовательной программе внеурочной деятельности для детей 6-7 лет, утвержденные приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010г. №1897 и приказом Министерства образования и науки РФ №2357 от 22.09.2011г.

Учебный предмет «Ритмика» направлен на эстетическое воспитание и образование детей средствами хореографии, бесед и демонстрация освоения данного предмета в проведении школьных мероприятий.

Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, ориентировано на развитие физических данных, на формирование необходимых технических навыков, знакомит с достижениями мировой и российской культуры.

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании, и к учебному процессу общеобразовательного учреждения ОАНО СОШ «ИНТЕК» , с учетом СанПин 2.4.2.2821-10.

Ее освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, подкрепленных практическими занятиями и показательными выступлениями.

**Цель программы:** развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся, на основе приобретенных комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью танцевального искусства.

### **Задачи программы:**

1. Ознакомление с азами хореографии;
2. Изучение танцевальной культуры от истоков происхождения бытового танца;
3. Ознакомление с понятиями о движении, рисунке танца.
4. Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев;
5. Воспитание музыкального слуха учащихся на лучших образцах музыки разного характера.
6. Развивать моторико-двигательную и логическую память;
7. Формировать художественно-эстетический вкус, культуру эмпатического общения;
8. Развивать чувство ансамбля (чувство партнерства), двигательно-танцевальные способности, артистизм;
9. Приобретение учащимися опыта творческой деятельности и публичного выступления;
10. Обучать детей танцевальному искусству, основываясь на программных движениях.

Помимо образовательных задач, которые определяются для каждого года обучения, программа решает ряд воспитательных задач, не теряющих своей актуальности для любого года обучения:

- формировать навыки здорового образа жизни, коммуникативные навыки и культуру поведения;
- стимулировать интерес к творческим видам деятельности;
- воспитывать внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию.

### Общая характеристика внеурочной деятельности по предмету «Ритмика»

Рабочая программа учебного предмета «Ритмика» направлена на выявление и развитие творческих способностей каждого ученика приходящего на уроки. Необходимость знаний, заложенных в программе, обусловлена тем, что первостепенной задачей педагога в процессе обучения стоят воспитательные функции, формирующие интерес к занятиям танцем как потребность воспитания красоты и грациозности фигуры, как условия комфортности общения. Используемые танцевальные движения оказывают положительное влияние на здоровье детей. Воздействуя на мышечную систему, упражнения повышают двигательную активность, улучшается подвижность суставов, происходит восстановление после стрессовых ситуаций.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практическими занятиями, изучением танцевальных композиций и публичного выступления.

### Описание ценностных ориентиров содержания внеурочной деятельности по учебному предмету «Ритмика»

Данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных духовно-нравственных качеств личности :

- **Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.
- **Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы.
- **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности совершенства, сохранение и приумножение её богатства.
- **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.
- **Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.
- **Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.
- **Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.
- **Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

- **Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
- **Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.
- **Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

### **Место учебного предмета «Ритмика» в образовательном процессе**

Учебный предмет «Ритмика» является одним из предметов эстетического блока. Его направление реализует как духовно-нравственное, так и оздоровительное воспитание. Этот предмет помогает учащимся не только развивать навыки и умения, но получать социальные и общекультурные знания.

Содержание предмета взаимосвязано с содержанием предметов «Музыка», «Изобразительное искусство», «Театральная деятельность». Данный предмет содержит основы изучения танцевальной культуры от истоков происхождения и эпохи Средневековья, ознакомление учащихся с наиболее важными событиями данных эпох, с костюмами и украшениями того времени, а также со стилевыми особенностями танцев. Возникновение танцев связано с трудовыми процессами, играми, старинными обрядами, религиозными праздниками. В каждой местности они имели свои особенности. Бытовые танцы, ставшие историческими, представляют собой переработку народного танцевального материала и отражают особенности определенной эпохи или среды. Характерные черты культуры проявляются в построении и стиле танца, в его музыке, одежде танцующих, их манеры и т.д.

Современное образование рекомендует использовать современное техническое оснащение для получения углубленных знаний у учащихся. Поэтому учебный предмет дополнен современным материалом, дающим возможность расширить знания в области хореографии и совершенствовать исполнение танцевальных движений, композиций.

Данная рабочая программа ориентирована на детей 5-7 и составлена на 1 год обучения. Основной формой обучения является урок продолжительностью 25-30 минут. Урок проводится один раз в неделю.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета внеурочной деятельности «Ритмика».

Класс/количество часов	0 класс
Количество часов (на год)	33
Недельная нагрузка	1

## Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета

**Личностными результатами** изучения учебного предмета «Ритмика» являются:

- развитие художественно-эстетическое вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству; (Л-1)
  - реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов; (Л-2)
  - позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей. (Л-3)
- У учащихся формируются умения:*
- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни; (Л-4)
  - решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы; (Л-5)
  - проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты). (Л-6)

### **Метапредметными результатами:**

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях; (М-1)
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства; (М-2)
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию; (М-3)
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач. (М-4)

### *У учащихся формируются умения:*

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их; (М-5)
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.); (М-6)
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства; (М-7)
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме. (М-8)

### **Предметными результатами** являются:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

### *У учащихся формируются умения:*

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю - танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;

- исполнять танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса.

## **Формирование универсальных учебных действий**

### **1.Формирование личностных УУД.**

Учебный предмет «Ритмика» прежде всего способствует личностному развитию ученика, поскольку обеспечивает понимание искусство хореографии как средство общения между людьми. В нем раскрываются наиболее значимые для формирования личностных качеств ребенка «вечные темы» искусства: добро и зло, любовь и ненависть, жизнь и смерть, материнство, защита отечества и другие, запечатленные в художественных образах. На основе освоения обучающимися танцевального искусства в сфере личностных действий будут сформированы эстетические и ценностно-смысловые ориентации учащихся, создающие основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма, потребности в творческом самовыражении.

Виды заданий:

- 1) высказывание своего отношения к музыкальному сопровождению танца с аргументацией;
- 2) анализ характеров героев танца на основе личностного восприятия.

### **2.Формирование регулятивных УУД.**

Задания и вопросы по хореографическому творчеству, ориентированные на формирование действий контроля и самоконтроля, оценки и самооценки процесса и результатов учебных действий, направленные на развитие регулятивных УУД.

Виды заданий:

- 1) выполнять действия в качестве слушателя;
- 2) выполнять действия в качестве правильного исполнения движений;
- 3) выполнять действия в качестве помощника постановщика;
- 4) ставить новые учебные задачи вместе с педагогом.

### **3.Формирование познавательных УУД.**

В области развития общепознавательных действий изучение хореографического творчества будет способствовать формированию замещения и моделирования.

Виды заданий:

- 1) поиск и выделение необходимой информации;
- 2) формулировать учебную задачу;
- 3) ориентация в способах решения задачи.

### **4.Формирование коммуникативных УУД.**

Виды заданий:

- 1) подготовка танцевальной импровизации в паре, в ансамбле;
- 2) инсценирование на заданную тему;
- 3) умение работать в паре, в ансамбле;
- 4) умение взаимодействовать при достижении единого результата.

## Содержание рабочей программы по внеурочной деятельности

### Структура учебной программы

Учебный материал программы предмета состоит из 3-х разделов:

- теоретический раздел – формирует систему знаний об истории развития танцевального творчества .
- практический раздел (практические занятия) – закрепляет полученные теоретические знания, позволяя освоить навыки учебных этюдов и танцевальных композиций, умение применять их на практике в исполнительской деятельности, добиваясь техничного исполнения, основываясь на музыкальное сопровождение;
- контрольный раздел, цель которого – объективное выявление знаний и навыков учащихся по результатам их учебной и практической деятельности.

### Содержание 1 года обучения (0 класс)

№	Наименование раздела/ темы	Количество часов		
		теория	практика	Всего
1	Музыкальная игра	1	12	13
2	Развивающие упражнения	1	13	14
3	Контрольный урок, выступление.		6	6
	Итого:	2	31	33

**Тема 1.Игра как наиболее активная творческая деятельность. Азбука хореографии.**

#### **Тема 2.**

Музыкально-ритмические упражнения.

Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение элементов и комбинаций народного танца. Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших массовых танцев.

#### **Тема 3. Контрольный урок, выступление.**

Проверка знаний и умений в конце каждой четверти, выступление на школьных мероприятиях.

**Тематическое планирование**

№	Тема	Содержание (дидактические единицы)	Характеристика основных видов деятельности	Планируемые результаты
1-ый год обучения				
1.	Музыкальная игра. Азбука классического танца.	Знакомство с учебным предметом – ритмика. Характеристика предмета . Сюжетные игры. Музыкальные игры . Перестроение по рисунку.	Просмотр видеоматериалов по данной теме, их анализ и сравнение с современными направлениями танцевальной культуры. Коллективное прослушивание музыкальных произведений .	М-2, М-3, М-4, М-5, М-6, М-8, Л-1, Л-2, Л-4, Л-5
2.	Музыкально-ритмические упражнения. Движения народно-сценического танца	Ритмические упражнения и движения. Марш. Ознакомление. Перестроения. Основные движения танца. Поклоны. Основные положения рук. Положение головы, корпуса. Учебная комбинация. Подготовка репертуара.	Изучение ритмических упражнений и движений. Соединение их с музыкальным сопровождением. Изучение марша, рисунка перестроения. Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев.	М-2, М-3, М-4, М-7, Л-1, Л-3, Л-6



Календарно-тематическое планирование.

0 класс.

<u>№</u>	<u>Содержание и вид работ.</u>	<u>Кол-во часов</u>
<u>1</u>	Вводное занятие. Основные танцевальные правила. Приветствие.	<u>1</u>
<u>2</u>	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки ,выстукивания притоп)	<u>1</u>
<u>3</u>	Музыкальный размер .Понятие о правой и левой руке .Повороты и наклоны.	<u>1</u>
<u>4</u>	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.	<u>1</u>
<u>5</u>	Фигуры в танце. Квадрат ,круг, линия, звездочка, змейка.	<u>1</u>
<u>6</u>	Элементы партерной гимнастики.	<u>1</u>
<u>8</u>	Элементы партерной гимнастики.	<u>1</u>
<u>9</u>	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	<u>1</u>
<u>10</u>	Упражнения для укрепления мышечного скелета.	<u>1</u>
<u>11</u>	Танцевальный бег (ход на полупальцах ).Упражнения для профилактики плоскостопия.	<u>1</u>
<u>12</u>	Поклон .Позиции ног : 1,2,3.	<u>1</u>
<u>13</u>	Позиции рук : подготовительное положение, 1,2,3,	<u>1</u>
<u>14</u>	Relevés на полупальцах.	<u>1</u>
<u>15</u>	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук.	<u>1</u>
<u>16</u>	Plie (полуприседания) во всех позициях.	<u>1</u>
<u>17</u>	Полуприседания во всех позициях.	<u>1</u>
<u>18</u>	Grand plie по всем позициям.	<u>1</u>
<u>19</u>	Батман тандю (выведение ноги на носок.)	<u>1</u>
<u>20</u>	Батман тандю жете (маленький бросок)	<u>1</u>
<u>21</u>	Прыжки по 1.2..6 позициям.	<u>1</u>
<u>22</u>	Позиции ног в народном танце.	<u>1</u>

<u>23</u>	Позиции и положения рук. Движения кисти.	<u>1</u>
<u>24</u>	Хлопки и притопы.	<u>1</u>
<u>25</u>	Танцевальный шаг и бег.	<u>1</u>
<u>26</u>	Ковырялочка без подскока.	<u>1</u>
<u>27</u>	Переменный шаг.	<u>1</u>
<u>28</u>	Припадание по 6 позиции.	<u>1</u>
<u>29</u>	Припадания с продвижением в сторону.	<u>1</u>
<u>30</u>	Упражнение Косичка.	<u>1</u>
<u>31</u>	Упражнения маятник, веревочка.	<u>1</u>
<u>32</u>	Рисунок в народном танце.	<u>1</u>
<u>33</u>	Итоговое занятие.	<u>1</u>
<b><u>Всего</u></b>		<b><u>33</u></b>

### **Учебно-методическое обеспечение.**

Данная рабочая программа составлена на основе примерной программы дисциплины «Мастерство историко-бытового танца» федерального компонента цикла СД ГОС ВПО второго поколения по специальности «Хореографическое искусство». Рекомендовано учебно-методическим объединением по образованию в области хореографического искусства.

#### *Методы обучения*

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями показательных выступлений, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

### Рекомендуемая литература (основная)

1. Бальные танцы. – М.: Мин. Культуры РСФСР. Центр. Дом народного творчества им. Н. К. Крупской, 1960.
2. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. – 1963.
3. Воронина И. Историко-бытовой танец. М., 1980.
4. Дог Г., Дасвиль М. Все танцы. – Л., 1980.
5. Ивановский Н. Бальный танец 16-19 веков. – Л.; М., 1948.
6. Киреева Е. История костюма. – М., 1976

### Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Бальные танцы: репертуарный аннотированный список. – М., 1965.
2. Гавликовский Н. А. Руководство для изучения танцев – СПб., 1899.
3. Де-Колиньярю Практический самоучитель бальных танцев для обоего пола. – М., 1896.
4. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М, искусство 1999.
5. Васильева Т.К. «Секрет танца».
6. Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки», М, 1990.
7. Захаров Р. «Работа балетмейстера с исполнителями».
8. Костровицкая В. «Школа современного танца».
9. Станиславский К. «Моя жизнь в искусстве».
10. Захаров Р. Беседы о танце. – М., 1937.
11. Краковская В. М. Западноевропейский балетный театру Очерки истории: в 4 т., т. 1. – Искусство, 1979.
12. Максин А. Изучение бальных танцев. – М., 1839.

### **Материально-техническое обеспечение:**

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы «Ритмика» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

1. балетные классы (залы) площадью не менее 40 кв.м. (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м на 2м на одной стене;
2. наличие музыкального инструмента, компьютера, музыкальной технической аппаратуры, партерные коврики;
3. помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, видеозэкран);
4. костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
5. раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

### **Система оценки планируемых результатов**

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля являются контрольные уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления учащихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- промежуточный – контрольный урок в конце четверти,
- итоговый - показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.

Итоговая уровневая оценка осуществляется по следующим направлениям:

<b>Высокий уровень</b>	выполнение всех показателей и заданий, соответствующих данному возрасту
<b>Средний уровень</b>	недостаточно четкое выполнение показателей или заданий, соответствующих данному возрасту
<b>Низкий уровень</b>	невыполнение показателей и заданий данного возраста

