

Рассмотрено
Методическим советом
Протокол №6 от 19.08.2021 г.

Часть основной образовательной программы
основного общего образования МБОУ СШ №6.
Утверждено приказом №130 от 20.08.2021 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности

«Ритмика»

5г, 6г классы

Направление: спортивно-оздоровительное

Возраст обучающихся: 11-12 лет

Срок реализации: 1 год.

Содержание программы

1. Пояснительная записка
2. Цели курса внеурочной деятельности
3. Планируемые результаты
4. Учебно-тематический план курса внеурочной деятельности «Ритмика»
5. Содержание рабочей программы
6. Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Ритмика»
7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение
8. Список литературы

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» ориентирована на обучающихся 5-г, 6-г (уровень основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития) и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 г.;
- Национальный проект «Образование»;
- приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- письмо Минобрнауки России от 16.02.2015 № ВК-333/07 «Об организации работы по введению ФГОС образования обучающихся с ОВЗ»
- письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций»;
- письмо Минпросвещения России от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
- письмо Роспотребнадзора от 08.05.2020 № 02/8900-2020-24 «О направлении рекомендаций по организации работы образовательных организаций»;
- приказ Минпросвещения России от 17.03.2020 № 104 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования, соответствующего дополнительного профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации»;
- Постановление от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

- Программа инновационного развития МБОУ СШ № 6 «Наше завтра – духовность, образование, гражданственность» на 2020-2025 годы,
- Рабочая программа воспитания МБОУ СШ №6.

Курс внеурочной деятельности «Ритмика» относится к спортивно-оздоровительному направлению. Данный курс разработан для обучающихся с ОВЗ 5г и 6г классов с учетом их особых психолого-педагогических потребностей. Для занятий курса внеурочной деятельности «Ритмика» отводится 1 час в неделю, всего - 35 часов в год.

2.Цели курса внеурочной деятельности:

Образовательная цель программы: приобщение детей с ОВЗ к 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 у обучающихся с ОВЗ:

гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение обучающихся с ОВЗ.

Задачи курса внеурочной деятельности:

- Познакомить обучающихся с ОВЗ с общими закономерностями 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, обучающиеся сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;
- Использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития обучающихся с ОВЗ, 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

3.Планируемые результаты

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающихся с ОВЗ, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении ребенка к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

Регулятивные:

- Способность обучающихся с ОВЗ понимать и принимать учебную цель и задачи; в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности;
- умение выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

Познавательные

- У обучающихся разовьется навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- Обучающиеся узнают о соотношении темпов движений с темпами музыкального произведения;
- Познакомятся с общими закономерностями отражения действительности в хореографическом искусстве, мировыми стилями танцевального искусства, известными танцорами и танцевальными коллективами России и мира.

Коммуникативные

- Умение координировать свои усилия с усилиями других;
- Задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные результаты

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
 - Под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;

Ожидаемые результаты:

В результате изучения курса внеурочной деятельности обучающиеся получают возможность научиться:

- использовать сценическое мастерство.
- проводить танцевальную разминку.
- исполнять технику прыжков и вращений.
- выполнять упражнения для головы, корпуса и рук.
- владеют музыкально – двигательными навыками.
- осмысливать отношение к движению, подчиненному музыкальному образу.

4. Учебно-тематический план курса внеурочной деятельности «Ритмика»

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | |
|----------|---|------------------|--------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1 | «Танцевальная азбука» | 9 | 1 | 8 |
| 2 | «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» | 9 | 0 | 9 |
| 3 | «Беседы по хореографическому искусству» | 4 | 4 | 0 |
| 4 | «Танец» | 8 | 0 | 8 |
| 5 | «Творческая деятельность» | 5 | 1 | 4 |

| | | | | |
|--|--------------|-----------|----------|-----------|
| | ИТОГО | 35 | 6 | 29 |
|--|--------------|-----------|----------|-----------|

5. Содержание курса внеурочной деятельности

«Ритмика»

1. «Танцевальная азбука» (9 часов). Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

2.«Ритмика, элементы музыкальной грамоты»(9 часов). Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 5 класса, слушание 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.

3. «Беседы по хореографическому искусству» (4 часа). Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся 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 из балетов, творческих концертов и т.д.

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся 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 из балетов, творческих концертов и т.д.

4. «Танец» (8 часов). Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных 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.

5. «Творческая деятельность» (5 часа). 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.

В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

6. Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Ритмика»

| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата | | Форма проведения занятия | Прим. |
|---|---|-----------------|-------|---|--|-------|
| | | | п | ф | | |
| Раздел № 1 «Танцевальная азбука» - 9 часов | | | | | | |
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на занятии, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 | 03.09 | | беседа | |
| 2 | Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. | 1 | 10.09 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |

| | | | | | | |
|---|--|---|----------------|--|--|--|
| 3-4 | Позиции ног в классическом стиле. Основные понятия. | 2 | 17.09 24.09 | | Показ Наблюдение | |
| 5 | Понятие о рабочей и опорной ноге. | 1 | 01.10 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 6 | Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. | 1 | 15.10 | | Показ Наблюдение | |
| 7 | Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом. | 1 | 22.10 | | Показ Наблюдение | |
| 8 | Танцевальный элемент «Марш». | 1 | 29.10 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 9 | Перестроения. «Линии». | 1 | 05.11 | | | |
| Раздел № 2 «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» - 9 часов | | | | | | |
| 10 | Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). | 1 | 12.11 | | Показ Наблюдение | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--------|--|--|--|
| 11 | Ритмический рисунок. | 1 | 26.11 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 12 | Ритмическая схема. Ритмическая игра. | 1 | 03.12 | | Показ Наблюдение | |
| 13 | Пластичная гимнастика. | 1 | 10.12 | | Показ Наблюдение | |
| 14 | Элементы асимметричной гимнастики. | 1 | 17.12 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 15 | Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения. | 1 | 24.12 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 16 | Гимнастика. | 1 | 14.01 | | Показ Наблюдение | |
| 17 | Упражнения на развитие тела под музыку. | 1 | 21.01. | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |

| | | | | | | |
|--|---|---|----------------|--|--|--|
| 18 | Красота движений. | 1 | 04.02 | | | |
| Раздел № 3 «Беседы по хореографическому искусству» - 4 часа | | | | | | |
| 19- 20 | Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. | 2 | 11.02 18.02 | | Показ Наблюдение Беседа | |
| 21- 22 | Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. | 2 | 04.03 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| Раздел № 4 «Танец» - 8 часов | | | | | | |
| 23 | Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре. | 1 | 11.03 | | Показ Наблюдение | |
| 24- 25 | Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка. | 2 | 18.03 25.03 | | Показ Наблюдение | |
| 26 | Простейшие фигуры в танцах. | 1 | 01.04 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 27- 28 | Танец «Полька». | 2 | 15.04 22.04 | | Показ Наблюдение | |
| 29 | Танец «Вальс». | 2 | 29.04 | | объяснение, | |

| | | | | | | |
|--|------------------------|-----------|----------------|--|--|--|
| 30 | | | 19.04 | | словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| Раздел № 5 «Творческая деятельность» - 4 часа | | | | | | |
| 31 | Этюдная работа. | 1 | 06.05 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 32 | Образные танцы. | 1 | 13.05 | | Показ Наблюдение | |
| 33 | Театрализация и танец. | 1 | 20.05 | | объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение | |
| 34 | Итоговое занятие. | 2 | 27.05 28.05 | | Концерт | |
| | ИТОГО | 35 | | | | |

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Материальные средства:

- танцевальный зал, спортивный зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;

- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты,
- сценические костюмы.

Аудиоматериалы.

1. «Ритмическая мозаика» (1 часть) Музыкальная палитра 2009г.
2. «Ритмическая мозаика» (2 часть) Музыкальная палитра 2009г.
3. «Ритмическая мозаика» (3 часть) Музыкальная палитра 2009г/
4. «Ритмическая мозаика» (4 часть) Музыкальная палитра 2009г.
5. Музыка для балльных танцев. ALL TIMES/

8. Список литературы

1. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (М., 2008)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Рот З.Я. Танцы в начальной школе Практическое пособие М., Айрис Пресс, Айрис дидактика, 2007
4. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренировки и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
5. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
6. Учите детей танцевать. Учебно-методическое пособие. М., Владос 2002

