

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ярская средняя общеобразовательная школа №1»

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «17» 08 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Ритмика 5,6,7 классы»
Художественная направленность
Для детей 11-15 лет
Срок реализации 1 год**

Составитель: Матвеева О
учитель физической культуры
МБОУ «Ярская СОШ №1»

Пояснительная записка

Рабочая программа по дополнительному образованию составлена на основании нормативных документов:

- ✓ Уставом школы
- ✓ Положением о дополнительном образовании
- ✓ Положением о рабочей программе дополнительного образования

Данная программа имеет **художественную** направленность.

Программа «Ритмика» является **одноуровневой, ознакомительной.**

Данная программа предусматривает проведение занятий в Центре образования естественно-научной и технологической направленности в МБОУ «Ярская СОШ №1»

Программа направлена на

- ✓ формирование и развитие творческих способностей обучающихся
- ✓ удовлетворение индивидуальных потребностей в художественно-эстетическом развитии
- ✓ развитие и поддержку детей, проявивших интерес и определенные способности к занятиям танцами

Новизна программы в первую очередь в том, что в ней представлена структура индивидуального педагогического воздействия на формирование двигательных навыков обучающихся, сопровождающая систему практических занятий.

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Особенность программы в том, что она разработана для детей общеобразовательной школы, которые обучаются в классе кадетской направленности и которые сами стремятся научиться красиво двигаться; занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга.

Программа отличается от других программ тем, что:

- позволяет в условиях общеобразовательной школы через дополнительное образование расширить возможности образовательной области «Ритмика»;
- она ориентирована на развитие творческого потенциала и музыкальных способностей школьников
- занятия ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса.
- танцевальный репертуар подобран с учетом тематических праздников и других мероприятий по совместному плану воспитательной направленности общеобразовательной школы.

Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал ребенка, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствованию двигательных навыков, помогает реализовать потребность в общении. Кроме того для постановки танцевального номера могут быть привлечены родители учащихся, педагоги дополнительного образования и другие.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- ✓ созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- ✓ удовлетворению индивидуальных потребностей обучающихся в художественно-эстетическом развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- ✓ формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся;
- ✓ формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач.

Особенность программы в том, что она разработана для детей общеобразовательной школы, которые обучаются в классе кадетской направленности и которые сами стремятся научиться красиво двигаться; занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга.

Педагогическая целесообразность

Занятия в объединении способствуют социальной активности воспитанника, где он знакомится с основами искусства, приобщается к одному из его видов в танцевальных группах. Важное место занимает подготовка репертуара и выступление перед зрителем. Каждое хореографическое произведение или сценическая композиция, осваиваемая в учебном курсе, требует от учащихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации духовных и физических сил.

Занятия в детском объединении «Ритмика» открывают большие возможности для многосторонних способностей школьника. На занятиях детского объединения самое главное пробудить в детях художественное начало, оптимально развить индивидуально-хореографические данные каждого ребенка. Помимо развития музыкально - ритмических данных на занятиях знакомятся с произведениями различных хореографических жанров, эпох, стилей.

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования, формирование творчески активной личности, способной к самореализации путём приобщения к основам хореографического искусства.

Основные задачи:

Образовательные:

- обучение навыкам танцевального мастерства;
- формирование умений соотносить движения с музыкой;
- овладение свободой движения;
- формирование системы знаний, умений, навыков по основам ритмики.

Развивающие:

- развитие физических данных, координации движений, пластичности;
- танцевальной памяти, выносливости;
- развитие внимательности, творческого воображения и фантазии через комбинации;
- развитие артистических способностей.

Воспитательные:

- воспитание музыкальных способностей;
- активизация творческих способностей;
- воспитание любви и интереса к предмету ритмики;
- психологическое раскрепощение учащихся;
- приобщение к танцевальному искусству;
- приобщение ребёнка к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Ожидаемые результаты

В результате изучения предмета «Ритмика» ученик должен:

- иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, корпуса, ног);
- владеть первоначальными навыками координации движений, хореографической памятью;
- иметь представление о темпах и динамике музыкального произведения, уметь их определять и отражать в движениях;
- знать понятия: вступление, начало и конец танцевальной фразы, уметь своевременно начинать движение по окончании вступления;
- уметь исполнять изученные танцы;- иметь навыки парного и массового исполнительства.

Результатом реализации программы является полученный учащимися объем знаний, умений и навыков по ритмике.

Формы подведения итогов: открытые уроки, конкурсы, выступления на концертах.

Условия реализации дополнительной общеобразовательной программы

- возраст детей, участвующих в освоении данной дополнительной общеобразовательной программы 11 и 15 лет;
- формируется группа в 30 человек;
- в группе дети одного возраста

К занятиям допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний

Формы организации занятий

Ведущей формой организации занятий является практическая деятельность. Занятия проводятся во второй половине дня после уроков. Наряду с групповой формой работы, во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям, работа по звеньям и коллективная работа

Методы обучения

1. Методы организации и осуществления учебно-воспитательной и познавательной деятельности:

- словесные методы: рассказ, беседа, объяснение;
- практический метод: его особенностью является то, что он носит повторительный или обобщающий характер;
- наглядные методы: иллюстрация, демонстрация, наблюдения учащихся;
- звуковая, комбинированная.

2. Методы стимулирования и мотивации учебной деятельности:

- методы стимулирования мотивов интереса к учению: познавательные игры, учебные дискуссии, занимательность, создание ситуации новизны, ситуации успеха;

- методы стимулирования мотивов старательности: убеждения средствами музыки, приучение, поощрение, требование.

3. Методы контроля и самоконтроля учебной деятельности:

- устные или письменные методы контроля;
- фронтальные, групповые или индивидуальные;
- итоговые и текущие.

Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" с 01.01.2021.

Начало занятий 4 сентября. Окончание занятий 31 мая.

Количество учебных дней: 34 дня.

Объем учебных часов: 17 часов (51 час)

Режим работы: 1 раз через неделю по 1 часу.

Учебный план 5 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 год обучения					
1	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	1	В процессе занятия	1	танец
3	Беседы по хореографическому искусству	1	1		танец
4	Ганцевальная азбука	1	В процессе занятия	1	танец
5	Танец	13	В процессе занятия	13	Концерт/кадетский бал
Итого		17	2	15	

Содержание тем обучения 5 класс:

1. *Вводное занятие:*

- знакомство с планом работы на год;
- гигиенические требования к обуви, одежде;
- техника безопасности на занятиях хореографии.

1. *Повторение: ритмика, музыкальные элементы музыкальной грамоты:*

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

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры.

1. *Повторение: хореографическая азбука:*

- Постановка корпуса;
- Позиции ног;
- Позиции рук;
- Поклон;
- Разновидность танцевального шага;
- Положение в паре.

1. *Танец:*

1. «Полонез»
 2. «Русский лирический»
 3. «Фигурный вальс»,
 4. «Падеграс»
 5. «Вальс-бостон»,
 6. «Кадриль»
- Краткое содержание танцевальных упражнений.
 - Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок).
 - Работа над техникой исполнения и стилем.

Учебный план 6 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 год обучения					

1	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	1	В процессе занятия	1	танец
3	Беседы по хореографическому искусству	1	1		танец
4	Танцевальная азбука	1	В процессе занятия	1	танец
5	Танец	13	В процессе занятия	13	Концерт/ кадетский бал
Итого		17	2	15	

Содержание тем обучения 6 класс:

1. **Вводное занятие:**

- знакомство с планом работы на год;
- гигиенические требования к обуви, одежде;
- техника безопасности на занятиях хореографии.

1. **Повторение: ритмика, музыкальные элементы музыкальной грамоты:**

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

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры.

1. **Повторение: хореографическая азбука:**

- Постановка корпуса;
- Позиции ног;
- Позиции рук;
- Поклон;
- Разновидность танцевального шага;
- Положение в паре.

1. **Танец:**

1. «Полонез»
 2. «Падеграс»
 3. «Вальс - бастон»
 4. «Рок-н-ролл»,
 5. «Квик – степ»,
 6. «Танго»
- Краткое содержание танцевальных упражнений (положение рук, головы, шаги).

- Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок).
- Работа над техникой исполнения и стилем.

Учебный план 7 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 год обучения					
1	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	1	В процессе занятия	1	танец
3	Беседы по хореографическому искусству	1	1		танец
4	Танцевальная азбука	1	В процессе занятия	1	танец
5	Танец	13	В процессе занятия	13	Концерт/кадетский бал
Итого		17	2	15	

Содержание тем обучения 7 класс:

2. *Вводное занятие:*

- знакомство с планом работы на год;
- гигиенические требования к обуви, одежде;
- техника безопасности на занятиях хореографии.

2. *Повторение: ритмика, музыкальные элементы музыкальной грамоты:*

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

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры.

2. *Повторение: хореографическая азбука:*

- Постановка корпуса;
- Позиции ног;
- Позиции рук;
- Поклон;
- Разновидность танцевального шага;
- Положение в паре.

2. **Танец:**

7. «Полонез»

8. «Падеграс»

9. «Вальс - бастон»

10. «Рок-н-ролл»,

11. «Квик – степ»,

12. «Танго»

- Краткое содержание танцевальных упражнений (положение рук, головы, шаги).
- Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок).
- Работа над техникой исполнения и стилем.

Календарный учебный график

№	Наименование группы/Год обучения	Срок учебного года (продолжительность обучения, даты начала и окончания учебных периодов/этапов)	Количество занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)	Наименование дисциплин (модуля, раздела)	Всего акад. ч. в год	Количество акад. ч. в неделю
1.	5 класс	04.09.2024 – 31.05.2025	20 мин	ритмика	17ч	0,5ч
2.	6 класс	04.09.2024 – 31.05.2025	20 мин	ритмика	17ч	0,5ч
3.	7 класс	04.09.2024 – 31.05.2025	20 мин	ритмика	17ч	0,5ч

Условия реализации дополнительной образовательной программы

Для реализации программы необходимо наличие спортивного зала, вмещающего необходимое количество обучающихся.

Наличие информационного обеспечения (фотокамеры, ноутбука, доступа к сети интернет)

Кадровое обеспечение (Педагог дополнительного образования)

Формы аттестации/контроля

Практическим выходом реализации программы является отчетный концерт по допобразованию, кадетский бал.

Программа воспитания

Цель: формирование у обучающихся духовно-нравственных ценностей, способности к осуществлению ответственного выбора собственной индивидуальной образовательной траектории, способности к успешной социализации в обществе.

Задачи:

- поддерживать традиции образовательной организации и инициативы по созданию новых в рамках уклада школьной жизни, реализовывать воспитательные возможности общешкольных ключевых дел;

- реализовывать воспитательный потенциал и возможности на занятиях, поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися на занятиях;
- организовывать профориентационную работу с обучающимися;
- развивать предметно-эстетическую среду школы и реализовывать ее воспитательные возможности, формирование позитивного уклада школьной жизни и положительного имиджа и престижа Школы;
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся.

Календарный план воспитательной работы

№	Месяц	Мероприятие	Место проведения
1	Октябрь	Творческий вечер	Спортивный зал
2	Декабрь	Творческий вечер	Спортивный зал
3	Март	Творческий вечер	Спортивный зал
4	Май	Творческий вечер	Спортивный зал

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты

У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебнопознавательные и внешние мотивы;
- учебнопознавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;

- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

Выпускник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебнопознавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебнопознавательной мотивации учения;
- устойчивого учебнопознавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.

Методическое обеспечение программы.

Реализация программы предполагает освоение личностно-ориентированных технологии обучения и воспитания: технологии мастерских, технологии разноуровневого обучения. Приоритет отдается *активным формам преподавания*: репетиционной и концертной деятельности (выступления на утренниках, выступления перед родителями, отчетные концерты).

Дидактический материал, используемый в ходе работы по программе, представляет собой следующее:

- тематические подборки иллюстраций, фотографий;
- методическая литература;
- разработки занятий;
- аудиоматериалы;
- видеоматериалы на DVD;
- сценарии отчетных концертов;

Материально-техническое обеспечение предполагает:

- спортивный зал;
- аудио- и видео- аппаратура.

Формы подведения итогов обучения: выступления на школьных и поселковых праздниках, участие в конкурсах, выступления перед родителями, отчетные концерты.

Список литературы

Список учебной литературы:

1. *Барышникова Т.* «Азбука хореографии» – М.: Айрис-Пресс, 1999.
2. *Бабенкова Е.А., Федоровская О.М.* «Игры, которые лечат». – М.: ТЦ Сфера, 2009.
3. *Ваганова А.Я.* «Основы классического танца» – С-Пб., 2000.
4. *Васильева Т.К.* «Секрет танца» – С-Пб.: Диамант, 1997.
5. *Воронина И.* «Историко-бытовой танец» – М.: Искусство, 1980.
6. *Дереклеева Н.И.* «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». – М.: ВАКО, 2007.
7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель *С.А. Авилова, Т.В. Калинина.* – Волгоград: Учитель, 2008.
8. *Климов А.* «Основы русского народного танца» – М.: Искусство, 1981.
9. *Петрусинский В.В.* «Обучение, тренинг, досуг» – М.: Новая школа, 1998.
10. *Ротерс Т.Т.* «Музыкально-ритмическое воспитание» – М.: Просвещение, 1989.
11. *Шершнев В.Г.* «От ритмики к танцу». – М., 2008.

Интернет ресурсы

1. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2018/10/23/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya>
2. <https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obscherazvivayuschaya-programma-ritmika-614564.html>
3. <https://infourok.ru/razuchivanie-shaga-polki-metodicheskaya-razrabotka-2959268.html>
4. <https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2017/02/28/izuchenie-shaga-polki-osnovnogo-elementa-tantsa-polka>
5. <https://лучшиетанцы.рф/танец-полька-часть-1-видео-обучение/>
6. <https://лучшиетанцы.рф/медленный-вальс-обучающие-уроки/>
7. <https://nsportal.ru/npo-spo/kultura-i-iskusstvo/library/2013/02/17/masterklass-obuchenie-klassicheskomu-medlennomu-valsu>
8. <https://dancedb.ru/waltz/education/video/>