**Раздел 1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Ритмика» для 1 – 4 классов МБОУ СОШ №16 составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от « 6 » октября 2009 г. № 373 (с последующими изменениями);

2. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г., рег. №19993);

3. Авторской рабочей программы Бурениной А. И. «Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста» — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2010.

Программа «Ритмика» предназначена для преподавания основ хореографического искусства с первого по четвертый 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 "Ритмика"– 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.

Программа данного курса представляет систему занятий для учащихся начальных классов и рассчитана на четыре года обучения . В 1 классе – 35 часов, занятия проводятся 1 раз в неделю по35 минут . Программа рассчитана на детей 7-10 лет, реализуется в рамках «Внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению» в соответствии с образовательным планом.

**Раздел 2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**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 танцевально - творческой деятельности;

• развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов хореографических искусств, размышлять о танце и ритмике как о способе выражения духовных переживаний человека;

• 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 фестивалей, концертов, конкурсов и др.

**Раздел 3. 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. Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

2. Танцевальная азбука (тренаж).

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 4. Тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | | **Содержание**  **(разделы, темы)** | **Кол-во**  **часов** | **Характеристика основных видов деятельности**  **обучающихся (на уровне учебных действий) по теме** | **Дата проведения** |
| **1** | | **Введение. Что такое ритмика.** | **1** | **Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению** | **1.09** |
| **2** | | **Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.** | **1** | **Начать приучать учащихся к танцевальной технологии** | **8.09** |
| **3** | | **Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).** | **1** | **Научить ритмично исполнять различные мелодии.** | **15.09** |
| **4** | | **Понятие о правой, левой**  **руке, правой, левой стороне.**  **Повороты и наклоны**  **корпуса.** | **1** | **Проверить знания учащихся о правой, левой**  **руке, стороне.** | **22.09** |
| **5** | | **Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.** | **1** | **Объяснить как должна располагаться фигура относительно зрителя.** | **29.09** |
| **6** | | **Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.** | **1** | **Познакомить с танцами народов РФ** | **6.10** |
| **7** | | **Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.** | **1** | **Разучить основные упражнения для рук в форме танцевальной зарядки. Ритмическая схема.** | **1.10** |
| **8** | | **Ритмическая игра** | **1** | **Научить составлять небольшие танцевальные** | **20.10** |
| **9** | | **Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок)** | **1** | **Развитие ритмичности с предметом.** | **27.10** |
| **10** | | **Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима** | **1** | **Дать понятие пантомима. Рассказать об этюдной работе** | **17.11** |
| **11-12** | | **Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика** | **2** | **Развить пластичность и мягкость движений под музыку.** | **24.11**  **1.12** |
| **13** | | **Упражнения для профилактики плоскостопия** | **1** | **Разучить основные упражнения профилактики плоскостопия.** | **8.12** |
| **14-15** | | **Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки** | **2** | **Научить правильно дышать. Следить за осанкой во время учебы** | **15.12**  **22.12** |
| **16** | | **Упражнения для суставов. Разминка «Буратино»** | **1** | **Провести небольшую профилактику суставов.** | **29.12** |
| **17** | | **Упражнения на расслабление мышц.** | **1** | **Научить учащихся расслаблять мышцы** | **13.01** |
| **18** | | **Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».** | **1** | **Поиграть в различные игры связанные с этюдной работой.** | **19.01** |
| **19** | | **Музыкальные, танцевальные темы** | **1** | **Научиться определять медленно, быстро, умеренно.** | **26.01** |
| **20** | | **Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница»** | **1** | **Разучить новые танцевальные элементы.** | **2.02** |
| **21** | | **Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.** | **1** | **Научиться определять характер мелодии и подбирать оригинальное исполнение движения.** | **9.02** |
| **22** | | **Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.** | **1** | **Познакомить с основными выразительными средствами музыки и танца.** | **16.02** |
| **23** | | **Правила танцевального этикета. Понятие размер.** | **1** | **Объяснить основные правила танцевального этикета** | **23.02** |
| **24-25** | **Аэробика.** | | **2** | **Увлечь детей занятиями аэробики.** | **2.03**  **9.03** |
| **26-27** | **Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.** | | **2** | **Продолжать знакомить детей с музыкальными понятиями.** | **16.03**  **23.03** |
| **28** | **Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.** | | **1** | **Развить музыкальный слух** | **6.04** |
| **29** | **Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.** | | **1** | **Продолжать развитие музыкального слуха.** | **13.04** |
| **30** | **Ритмические упражнения** | | **1** | **Научить ритмично исполнять различные упражнения.** | **20.04** |
| **31** | **Гимнастика Parter.** | | **1** | **Познакомить с партерной гимнастикой.** | **27.04** |
| **32-33** | **Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.** | | **2** | **Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце** | **4.05**  **11.05** |
| **34** | **.Итоговое занятие.** | | **1** | **Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению** | **18.05** |
| **35** | **Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения** | |  | **Использовать на уроке флажки, мячи и постоянно напоминать о правильной осанке, правой стороне** | **25.05** |