**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ НОВГОРОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**‌‌‌**

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Чечулинская средняя общеобразовательная школа»**

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНОна педагогическом советеМАОУ"Чечулинская СОШ"Протокол № 5от «27» июня 2024 г. | УТВЕРЖДЕНОДиректорАлексеев А.ВПриказ № 60от «04» июля 2024 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Внеурочной деятельности**

 **«Ритмика»**

для обучающихся 5-6 классов

Составила:

Учитель ритмики и хореографии

Алленова О.Ю.

Данная [программа сориентирована на работу](https://www.maam.ru/obrazovanie/programma-tancy)**с детьми**, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца и предполагает освоение азов **ритмики**, азбуки **классического танца**, изучение танцевальных элементов, исполнение бальных, народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

**Программа***«****Ритмика****»* предназначена для преподавания основ хореографического искусства в режиме учебных занятий. **Программа** является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания **программы**, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий **работы**.

В **программу ритмики** включены упражнения и движения **классического** и народного танца доступные детям, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Актуальность **программы** сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

**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.

Целью **программы** является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство **ритма**.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

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

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

Содержание учебного предмета, курса.

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 для 5-х классов**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 *«****Ритмика****и элементы музыкальной грамоты»*.

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

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 для школьников 10-11 лет, 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.

Раздел *«Танцевальная азбука»*.

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.

Занятиям по **классическому** танцу придаётся особое значение, т. к. **классический** танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел *«Танец»*.

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.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, **выработки высокой культуры**, общения между людьми.

В **программный** материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,

**-ритмические упражнения**

-разучивание танцевальных композиций.

В начале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел *«танцевальная азбука»*. Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика;

- тренаж на середине зала;

- танцевальные движения;

- композиции различной координационной сложности.

Раздел *«Беседы по хореографическому искусству»*.

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.

Раздел *«Творческая деятельность»*.

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.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми *«взрослых отношений»*, например: *«Я — учитель танцев»*, *«Я- художник по костюмам»* и др.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Материал **программы для 6-х классов** 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.

МЕСТО ПРЕДМЕТА *«****РИТМИКА****»* И ЕГО РОЛЬ В СИСТЕМЕ ОБУЧЕНИЯ, РАЗВИТИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ

Предмет *«****Ритмика****»* введен в часть учебного плана МБОУ *«СОШ № 4»*, формируемого участниками образовательного процесса в качестве группового занятия в 5-6 **классах.**

В соответствии с ФГОС учебный предмет *«****Ритмика****»* вводится как групповое занятие в [среднем звене школы и на его преподавание](https://www.maam.ru/obrazovanie/5-klass) отводится 70 часов за два года обучения *(один час в неделю)*.

**Программа***«****Ритмика****»* посвящена процессу овладения детьми **ритмическими**движениями с музыкальным сопровождением. Занятия проводятся в специально оборудованном хореографическом зале.

Критерии оценок.

Оценивается **работа** учащихся по пятибалльной шкале. На оценку влияет правильность показа упражнений или движений танца в сочетании с музыкой, выразительность исполнения. Но надо учитывать, что каждый ученик требует индивидуального подхода к оценке его знаний.

К концу курса обучения учащиеся получат знания:

Личностные Метапредметные Предметные

– о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;

- правила поведения на занятиях, в творческом процессе;

- правила общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению;

- знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа;

- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;

- необходимо иметь представление о многообразии танцев, особенностях танцев народов мира,

танцевальной азбуке, танцевальных позициях;

- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.

- соблюдать правила поведения в танцевальном **классе и дисциплину**;

- правильно взаимодействовать с партнерами по команде *(терпимо, имея взаимовыручку и т. д.)*;

- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ученика видах творческой и игровой деятельности.

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей;

-контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

- **работать** с танцевальными движениями: мягкий танцевальный шаг, шаг вальса, элементы русского танца *(основные движения, ходы)* : ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник,

припадания, шаг с притопом,дробный шаг;

импровизировать;

**работать в группе**, в коллективе.

выступать перед публикой, зрителями.

- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия;

- подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.

- **выработать** способность выполнения музыкально **ритмических движений**, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья ;

- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект;

- иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

Планируемые результаты

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса *«****Ритмика****»*.

К числу планируемых результатов освоения курса **программы отнесены** :

• личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей

• метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий

• предметные результаты – выполнение **ритмических** комбинаций на необходимом уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитие чувства **ритма**, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

5 **класс**

**Введение 1 час**

1. Т.Б. Первичная диагностика

**Основы хореографии -10 часов**

2. Постановка корпуса.

3. Основные правила.

4. Основные правила позиций рук и ног.

5. Разминка.

6. **Ритмическая основа упражнений.**

7. Общеразвивающие упражнения.

8 **Ритмико-гимнастические упражнения**

9. Упражнения на координацию движений.

10. Упражнения на гибкость.

11. **Танцевально-ритмический этюд.**

**Ритмические упражнения – 8 часов**

12. Марш на месте и по кругу.

13. Перестроения.

14. Волнообразные движения корпуса с шагами.

15. Ориентация в пространстве.

16. **Ритмические** движения в разных темпах.

17. *«Марш-парад»* : фигурная маршировка.

18. Композиционное пространство.

19. **Ритмико-танцевальные композиции.**

Контрольный урок тема *«Перестроения.»*

**Музыка и танец – 15 часов**

20. Связь музыки и движения.

21. Темп.

22. Танцевальные композиции.

23. Парный танец.

24. **Ритмические комбинации сольные.**

25. **Ритмические** комбинации в парном танце.

26. Элементы народной хореографии.

27. Ходы русского танца.

28. Танцевальный этюд

29. Массовые композиции.

30. Импровизация.

31. Народный танец.

32. **Классический танец.** Детский эстрадный танец.

33. Исполнительское мастерство танцора.

34. Заключительный урок. Показательный - открытый урок

ИТОГО 34

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

6 **класс**

**Введение - 10 часов**

1. Вводное занятие, техника безопасности в **классе.**

2. Основные танцевальные правила.

3. Постановка корпуса.

4. Основные танцевальные правила. **Ритмические упражнения.**

5. Построения и перестроения

6. Совершенствование ранее изученных перемещений *(круг, квадрат, диагональ)*.

7. Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.

8. Поза исполнителя. Зритель, исполнитель.

9. Основные правила позиций рук и ног.

10. Освоение различных танцевальных позиций и упражнений для рук и ног.

**Современные танцевальные направления- 5 часов.**

11. Современные танцевальные направления.

12. Основные элементы направления hip-hop.

13. Совершенствование ранее изученных комплексов и их соединение в музыкальную композицию.

14. **Ритмическая схема.**

15. Урок-смотр знаний.

**Общеразвивающие упражнения-8 часов**

16. Гимнастика.

17. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.

18. Упражнения для развития плавности и мягкости движений.

19. Пластичная гимнастика.

20**. Ритмические упражнения.**

21. Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.

22. Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.

23. Урок-смотр знаний.

**Групповое и индивидуальное творчество – 10 часов**

24. Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.

25. **Ритмические упражнения.**

26. Групповое и индивидуальное творчество.

27. Урок обобщения и повторения.

28. **Ритмические** комбинации в парном танце.

29. **Отработка** разновидностей приставных шагов.

30. Ходы русского танца.

31. Разучивание движений: переменный шаг, дробный, с ударами.

32. **Танцевально-ритмический этюд.**

33. Элементы пластики рук и корпуса.

34. Заключительный урок. Показательный - открытый урок.

Итого: 34 часа