

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей №5
города Каменск-Шахтинского

Рассмотрено
Педагогическим советом
МБОУ лицея №5

Протокол № 1 от 30.08.2021г.

«Утверждаю»

директор
МБОУ лицея №5

Гайдукова С.П. _____

Приказ № 210-о от 31.08.2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По Ритмике

1а-1б начальное общее образование

количество часов: 33 ч.

учитель: Бебех Ирина Вениаминовна

1.Раздел Пояснительная записка.

Рабочая программа по ритмике для 1 классов составлена на основе следующих документов и материалов::

1.ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с поправками на 2018г.).

2.Закон РО № 26-3С «Об образовании в РО».

3.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.

4.Примерная программа авторская программа Ж. З. Фирилева, Е. Г. Сайкина « Танцевально – игровая гимнастика для детей.» Учебно – методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.–СПб; « ДЕТСТВО – ПРЕСС «2000»

5.Образовательная программа МБОУ лицей № 5;

6.Положение о рабочей программе учителя МБОУ лицей № 5.

7.Учебный план МБОУ лицея №5 на 2021-2022 учебный год.

8. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях» СанПиН 2.4.2821-10

Цель курса: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

Цели программы: приобщение детей к танцевальному искусству,развитие их художественного вкуса и физического совершенствования;

На основе поставленной целей решаются задачи : 6

:1.Формирование необходимых двигательных навыков,развитие музыкального слуха и чувства ритма.

2. совершенствование жизненно-важных навыков ,развитие музыкального слуха и чувство ритма.

3.развитие интереса к занятиям ритмикой формам активного досуга,развитие координации движений ,эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти ,кругозора;

4. развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, танцевальных навыков;

5. формирование красивой осанки, выразительности, пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах;

6. улучшение психического состояния, повышения работоспособности и двигательной активности;

Предметом обучения ритмике в начальной школе является двигательная система человека и общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Базовым результатом образования в области ритмики в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Ритмика» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Ритмика». Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по ритмике являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Укрепление здоровья школьников посредством возможностей предмета ритмика:

- музыкально- ритмические и танцевальные упражнения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, нейтрализуют умственную перегрузку и снимают утомление;

- ритм, который диктует музыка головному мозгу, регулирует нервное напряжение, улучшая тем самым деятельность всех органов чувств ребенка;

- танцевально-музыкальные движения развивают в детях умение слышать, воспринимать музыку, чувствовать ритм и воспроизводить это в танце.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

- 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 не живой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выражения человека, а так же переживания чувства красоты, гармонии, её 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: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.
- Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.
- Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.
- Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

На прохождение программы по "Ритмике" выделено всего 33 часа.

В первом классе 33 ч. (1 ч. в неделю.)

2.Раздел Планируемые результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим *упражнениям*.

Личностные результаты

Наличие эмоциональноценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры

поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

регулятивные

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении

наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

познавательные

навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

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 свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая

круг и не сходя с его линии;

ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

выполнять игровые и плясовые движения;

выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

коммуникативные

умение координировать свои усилия с усилиями других;

задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные результаты:

В активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;

Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений; расширение двигательного

опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В области познавательной культуры:

Способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой деятельности, соблюдать.

В области трудовой культуры:

Способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания

В области эстетической культуры:

Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием упражнений по формированию телосложения и правильной осанки.

В области коммуникативной культуры:

Умело применяя соответствующие понятия и термины.

Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных способностей.

Учебно-методические пособия, используемые для достижения планируемых результатов

Пособие для учителей общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2011.

- Ж. З. Фирилева, Е. Г. Сайкина «Танцевально – игровая гимнастика для детей.» Учебно – методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. –СПб; «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2015».

3.Раздел Содержание курса ритмика.

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется

развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике *состоит из четырёх разделов:*

Упражнения на ориентировку в пространстве

1. Ритмико-гимнастические упражнения
2. Игры под музыку
3. Танцевальные упражнения

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание,

учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать*).

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей

Учебно -тематический план

| раздел | Формы организации видов деятельности | Количество часов |
|-------------------------------------------|--------------------------------------|------------------|
| Упражнения на ориентировку в пространстве | Групповые | 10 |
| Ритмика-гимнастические упражнения | Фронтальные | 10 |
| Игра музыку | Индивидуальные и групповые | 3 |
| Танцевальные упражнения. | Групповые | 10 |

4.Раздел Календарно-тематическое планирование

| №п\п | Наименование тем занятий | Виды деятельности | Дата проведения занятия | |
|------------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--|
| | | | 1а-1б | |
| 1 | Знакомство с предметом «Ритмика» | <i>(образовательно-познавательная направленность)</i> | 7.09 | |
| 2 | Наши пальчики ругались | <i>образовательно- предметная направленность)</i> | 14.09 | |
| 3 | Волшебные ниточки | <i>образовательно-познавательная)</i> | 21.09 | |
| 4 | Упражнение « кувшин с водой» | <i>образовательно - познавательная направленность)</i> | 28.09 | |
| 5 | Музыкальное сопровождение танца. | <i>(образовательно- предметная направленность)</i> | 5.10 | |
| 6 | Ритмические движения | <i>(образовательно - предметная направленность, образовательно-тренировочная направленность)</i> | 12.10 | |
| 7-8 | Марш на месте не спеша | <i>(образовательно - предметная направленность)</i> | 19.10- 26.10 | |
| 9 | Танцевально - ритмическая гимнастика | <i>(образовательно-тренировочная направленность)</i> | 9.11 | |
| 10 | Путешествие на лесную полянку | <i>(образовательно-познавательная направленность)</i> | 16.11 | |

| | | | | |
|--------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--|
| | | | | |
| 11-12 | Дети, стройтесь по порядку! | (образовательно-тренировочная направленность) | 23.11-30.11 | |
| 13-14 | Музыкально- подвижные игры | (образовательно-познавательная направленность) | 7.12-14.12 | |
| 15-16 | Танцевально-ритмическая гимнастика | (образовательно-тренировочная направленность) | 21.12-28.12 | |
| 17-18 | Танцуй веселей, с нами скорей! | (образовательно-тренировочная направленность) | 18.01-25.01 | |
| 19-20 | Руки к солнцу поднимаю | ...(образовательно-тренировочная направленность) | 2.02-8.02 | |
| 21-22 | Танцуем вместе | (образовательно-познавательная направленность и образовательно-тренировочная направленность) | 15.02-22.02 | |
| 23 | Путешествие в «Кукляндию» | образовательно-творческая направленность) | 1.03 | |
| 24 | Музыкально-подвижные игры | (образовательно-познавательная направленность) | 8.03-15.03 | |
| 25-26 | Давай, дружок попрыгаем (| образовательно-познавательная направленность и образовательно-тренировочная направленность) | 22.03-12.04 | |
| 27-28 | Я на солнышке лежу сть) | (образовательно-познавательная направленность и образовательно-тренировочная направленно | 19.04-26.04 | |
| 29-31 | Танцевально-ритмическая гимнастика | (образовательно-познавательная направленность) | 3.05-10.05 | |
| 32-33 | Танцуем с героями любимых сказок | образовательно-познавательная направленность) | 17.05 | |

