

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ОЧУ ШСР «Прогресс»

РАССМОТРЕНО

На заседании

педагогического совета

Протокол № 1

от « 31.08 »

2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора

по УВР

(подпись) /Полуэктова М.Г./

« 31 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор ОЧУ ШСР

«Прогресс»

Приказ № 45 от

« 31 » 08 2023 г.

(подпись) /Ильинкова В.Г./



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного курса «Ритмика»**

для обучающихся 1- 3 классов

**Составила**

Зиганшина И.И. – педагог ритмики и хореографии

**Казань, 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по ритмике на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по ритмике разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по ритмике отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного «Ритмика» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Ритмика является эффективным средством развития массового спорта и пропаганды здорового образа жизни подрастающего поколения. В сочетании с другими видами физических упражнений ритмика и ее элементы могут эффективно использоваться в различных формах физического воспитания обучающихся, в том числе рекреативной и кондиционной направленности. Занятия ритмикой соединяют элементы хореографии, гимнастики, танцевальных занятий, двигательную активность аэробного характера, оздоровительные виды гимнастики различной направленности.

Применение в общеобразовательной организации методик ритмики гарантирует обучающимся правильное развитие функциональных систем организма, правильную осанку, легкую походку, является отличной профилактикой сколиоза и плоскостопия, формирует у обучающихся коммуникативные навыки, морально-волевые качества, закладывает основы культуры здорового образа жизни.

Целью образования по ритмике на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий

физическими упражнениями, формирование у обучающихся устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья и самоопределения с использованием средств ритмики. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного курса на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Задачами изучения учебного курса «Ритмика» являются:

- всестороннее гармоничное развитие детей, увеличение объёма их двигательной активности;
- освоение знаний о физической культуре, ритмике и спорте в целом;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и различными приемами ритмики;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества средствами ритмики;
- популяризация вида спорта «ритмика» среди детей и вовлечение большого количества обучающихся в занятия фитнес-аэробикой;
- способствование развитию у обучающихся творческих способностей;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Развивающая ориентация учебного курса «Ритмика» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного курса раскрывается в приобщении обучающихся к истории, музыке, танцам и традициям народов России и мира, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по ритмике для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура» и учебного курса «Ритмика». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

Учебный курс «Ритмика» доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях.

Специфика курса по ритмике сочетается практически со всеми базовыми видами спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры).

Интеграция ритмики поможет обучающимся в освоении образовательных программ в рамках внеурочной деятельности, дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к сдаче норм ГТО и участию в спортивных соревнованиях.

Содержание программы по ритмике изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе:

**«Ритмика. Знания о ритмике», «Классический танец», «Постановочная и репетиционная работа»**

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Учебный курс «Ритмика» проводится в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого за счёт части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого образовательной организацией, включающей, в частности, учебные модули по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие удовлетворение различных интересов обучающихся. Программа по «Ритмике» не предусматривает оценивание учащихся в баллах, форма аттестации- зачет.

Общее число часов, рекомендованных для изучения курса «Ритмика» 135 часов: в 1 классе – 33 часа(1 час в неделю), во 2, 3 классах – по 34 часа(1 час в неделю).

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

### 1 класс

#### Ритмика. Знания о ритмике.

Знакомство с техникой безопасности.

Знакомство с работой хореографического учебного курса.

Выявление способностей обучающихся.

#### **Работа над постановкой корпуса**

Практика: Изучение позиций ног: I, II, III.

Изучение положений рук: на поясе, варианты простых пог de bras с вытянутыми руками.

Упражнения на натянутость ног, постановку спины.

Постановка спины: продолжение работы с предметами.

Постановка спины:

а) упражнения на ассоциациях (“солдатик”, “столбик” и т.д.); б) работа с предметами (палка, скакалка).

#### **Работа над развитием чувства ритма**

Практика: Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз:

а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку;

б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.

в) сочетание хлопков и притопов; г) сочетание прыжков и шагов.

#### **Работа над умением ориентироваться в пространстве**

Практика:

а) деление зала по точкам;

б) умение держать линию, колонну;

в) соблюдать интервалы, строить круг;

г) соблюдать интервалы во время движения; д) знать свое место в зале.

Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве:

а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу;

б) танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.

Движения в пространстве: а) прочесы;

б) змейка; в) до за до

Положение в паре:

а) в продвижении по кругу; б) по диагонали;

в) лицом друг к другу.

#### **Танцевальные элементы**

Практика

подскоки на месте и в продвижении;

вынос ноги на каблук в сторону;

притоп;  
шаг с plié;  
приставной шаг;  
бег;  
галоп;

### ***Parterre***

Практика:  
постановка спины (работа с палочками);  
работа стоп;  
упражнения на натянутость ног;  
растяжка;  
упражнения на гибкость;  
профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника);  
работа над спиной; работа стоп по позициям ног;  
упражнения на развитие выворотности;  
упражнения на развитие гибкости;  
упражнения на растягивание позвоночника

### **Классический танец**

#### ***Элементы классического танца у станка***

Теория:  
Изучение терминологии и ее переводы  
Практика:  
Позиции ног: I, II, III;  
Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III;  
Demi-pliés по I  
Battementstendus с I позиции в сторону, вперед, назад (в конце года);

#### ***Экзерсис на середине зала***

Подготовительные движения рук(и) – préparations. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.  
Координация ног, рук и головы в движении – tempsrelevé parterre.  
Танцевальные этюды  
Импровизация в паре и в группе  
Работа над вниманием с добавлением нейроупражнений

### **Постановочная и репетиционная работа**

Практика: Отработка отдельных композиций, номеров, а также работа над отдельными движениями, комбинациями, объединение всего в единый ансамбль.

**2 класс**  
**Ритмика. Знания о ритмике.**

История ритмики.

Современные тенденции её развития.

Знакомство с техникой безопасности.

Знакомство с работой хореографического учебного курса.

Выявление способностей новых обучающихся.

**Работа над постановкой корпуса**

Практика: Изучение позиций ног: VI, I, II, III.

Изучение положений рук: на поясе, I, II, III позиции рук

Упражнения на натянутость ног, постановку спины.

Постановка спины: у станка и в центре зала.

**Работа над развитием чувства ритма**

Практика: Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз:

а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку;

б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.

в) сочетание хлопков и притопов; г) сочетание прыжков и шагов.

**Работа над умением ориентироваться в пространстве**

Практика:

а) комбинации по точкам зала;

Изучение рисунков танца: «круг», «колонны», «круг в круге», «шахматный порядок», «диагональ», «линия».

Движения в пространстве:

а) прочесы;

б) змейка; в) до за до

Положение в паре:

а) в продвижении по кругу; б) по диагонали;

в) лицом друг к другу.

**Танцевальные элементы**

Практика

подскоки на месте и в продвижении;



вынос ноги на каблук в сторону;  
притоп;  
шаг с plié;  
double шаг с plié;  
прыжки по VI позиции;  
приставной шаг;  
приставной шаг с plié;  
бег;  
галоп;  
pas польки;

### **Parterre**

Практика:

постановка спины (работа с палочками);  
работа стоп;  
упражнения на натянутость ног;  
растяжка;  
упражнения на гибкость;  
профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника);  
работа над спиной; работа стоп по позициям ног;  
упражнения на развитие выворотности;  
упражнения на развитие гибкости;  
упражнения на растягивание позвоночника

### **Классический танец**

**Элементы классического танца у станка**

Теория:

Изучение терминологии и ее переводы

Практика:

Позиции ног: I, II, III;

Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III;

Demi-pliés по I, II, III позициям;

Battementstendus с I-II позиции в сторону, вперед, назад (в конце года);

**Экзерсис на середине зала:**

Прыжки по I и II позиции ног

Координация ног, рук и головы в движении – Ipor de bra

Танцевальные этюды

Импровизация в паре и в группе

Работа над вниманием с добавлением нейроупражнений

**Постановочная и репетиционная работа**

Практика: Отработка отдельных композиций, номеров, а также работа над отдельными движениями, комбинациями, объединение всего в единый ансамбль.

### **3 класс**

#### **Ритмика. Знания о ритмике.**

Требования безопасности при организации занятий ритмикой в хореографическом зале. Воспитание морально-волевых качеств во время занятий ритмикой.

Способы самостоятельной деятельности.

Выбор одежды и обуви для занятий.

Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде для занятий.

Правила использования спортивного инвентаря для занятий.

#### **Работа над постановкой корпуса**

Практика: Изучение позиций ног: VI, I, II, III.

Изучение положений рук: на поясе, II позиция

Упражнения на натянутость ног, постановку спины.

#### **Работа над развитием чувства ритма**

Практика: Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз:

а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку;

б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.

в) сочетание хлопков и притопов; г) сочетание прыжков и шагов.

#### **Работа над умением ориентироваться в пространстве**

Практика:

Работа по точкам зала

Работа с вниманием в формате тренинга

Движения в пространстве при танцевальной комбинации: а) прочесы;

б) змейка; в) до за до

Положение в паре:

а) в продвижении по кругу; б) по диагонали;

в) лицом друг к другу.

#### **Танцевальные элементы**

Практика

шаг с plié;

double шаг с plié;

прыжки по II, III позиции;

приставной шаг с plié;

бег;

галоп;

pas польки;

### **Parterre**

Практика:

постановка спины (работа с палочками);

работа стоп;

упражнения на натянутость ног;

растяжка;

упражнения на гибкость;

профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника);

работа над спиной; работа стоп по позициям ног;

упражнения на развитие выворотности;

упражнения на развитие гибкости;

упражнения на растягивание позвоночника

### **Классический танец**

#### **Элементы классического танца у станка**

Теория:

Изучение терминологии и ее переводы

Практика:

Позиции ног: I, II, III, IV.

Позиции рук: II и III;

Demi-pliés по I, II, III позициям;

Battementstendus с IIIпозиции в сторону, вперед, назад (в конце года);

Battements tendusjetésиз IIпозиции;

Перегибы корпуса назад и в сторону воII позиции лицом к станку –  
исполняются в конце экзерсиса у станка.

#### **Экзерсис на середине зала**

Подготовительные движения рук(и) – préparations. Закрытие рук(и) в  
подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Координация ног, рук и головы в движении – tempsrelevé parterre.

**Постановочная и репетиционная работа Практика:** Отработка отдельных композиций, номеров, а также работа над отдельными движениями, комбинациями, объединение всего в единый ансамбль.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО РИТМИКЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы по ритмике на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения ритмики на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения ритмики на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- устанавливать связь между бытовыми движениями людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий ритмикой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий ритмикой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между занятиями ритмикой и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности, ритмике, хорнографии.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- соблюдать правила поведения на уроках ритмики с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках ритмики, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;

- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, танцевальные команды названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **1 КЛАСС**

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по ритмике:

- соблюдать правила поведения на уроках ритмикой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью
- знать основные положения, рук, ног, корпуса.
- уметь определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- уметь находить свое место в классе;
- уметь соблюдать интервалы между линиями.

### **2 КЛАСС**

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по ритмике:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- - выполнять упражнения на развитие физических качеств.
- знать понятие «эстрадный танец», истоки рождения эстрадного танца;
- знать позиции рук и ног;
- знать историю развития эстрадного танца как вида искусства.
- уметь самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр;
- уметь грамотно исполнять движения экрена их хореографических постановок.

### **3 КЛАСС**

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по ритмике:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, игровой подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.
- знать основные направления эстрадного танца, стиль и манеру исполнения;
- знать методику исполнения основных движений разных стилей эстрадного танца.



- уметь контролировать и координировать свое тело;
- уметь выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции
- **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

## 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1.Ритмика. Знания о ритмике			
1.1	Знания о ритмике	1	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>
1.2	Работа над постановкой корпуса	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.3	Работа над развитием чувства ритма	2	<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
1.4	Работа над умением ориентироваться в пространстве	2	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
1.5	Танцевальные элементы	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.6	Parterre	2	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>
Итого по разделу		10	
Раздел 2.Классический танец			
2.1	Элементы классического танца	4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Экзерсис на середине зала	4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		8	
Раздел 3.Постановочная и репетиционная работа			
3.1	Отработка отдельных композиций, номеров, а также работа над отдельными движениями, комбинациями	13	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>
3.2	Объединение всего материала в единый ансамбль.	2	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**2 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1.Ритмика. Знания о ритмике			
1.1	Знания о ритмике	1	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
1.2	Работа над постановкой корпуса	1	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
1.3	Работа над развитием чувства ритма	2	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
1.4	Работа над умением ориентироваться в пространстве	2	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
1.5	Танцевальные элементы	2	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
1.6	Parterre	2	<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
Итого по разделу		10	
Раздел 2.Классический танец			
2.1	Элементы классического танца	4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Экзерсис на середине зала	4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		8	
Раздел 3.Постановочная и репетиционная работа			
3.1	Отработка отдельных композиций, номеров, а также работа над отдельными движениями, комбинациями	14	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.2	Объединение всего материала в единый ансамбль.	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**3 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1.Ритмика. Знания о ритмике			
1.1	Знания о ритмике	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.2	Работа над постановкой корпуса	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.3	Работа над развитием чувства ритма	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.4	Работа над умением ориентироваться в пространстве	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.5	Танцевальные элементы	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.6	Parterre	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		10	
Раздел 2.Классический танец			
2.1	Элементы классического танца	4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Экзерсис на середине зала	4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		8	
Раздел 3.Постановочная и репетиционная работа			
3.1	Отработка отдельных композиций, номеров, а также работа над отдельными движениями, комбинациями	14	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.2	Объединение всего материала в единый ансамбль.	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н. Классический танец. - М.: Искусство, 1975.
2. Богаткова И. Н. Танцы для детей. - М., 1959.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - С-П., 1996.
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - Л., 1963.
5. Голейзовский К. Я. М.: Искусство, 1964.
6. Начальная школа; плюс – минус, М., №1, 2000.
7. Красная звезда, №1, 2000.
8. Киселев М. Современный ребенок и эстетическое воспитание. М., 1994.
9. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике, Выпуск 1, М.: Музыка, 1972.
10. Константиновский В. Учить прекрасному. - М.: Молодая гвардия, 1973.
11. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. - Л.: Искусство, 1978.
12. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л.: Искусство, 1976 г.
13. Мирошниченко С. Хрестоматия по психологии. М.: Просвещение, 1987.
14. Неменский Б. М. Искусство – школа – формирование личности. - М., 1983.
15. Общая психология. / под ред.: Богословский В. В. Ковалев А. Т. Степанова А. М.: Просвещение, 1981.
16. Орлов А. Б. Перспективы гуманизации обучения. Вопросы психологии, №6. 1988.
17. Проблемы эстетического воспитания подростков. Сборник научно-методических статей. М.: Наука, 1985.
18. Печко Л. П. Эстетическая культура и воспитание человека. М., 1991.
19. Школа 2100. Образовательная программа и пути ее реализации. Выпуск 3. - М.: Баласс, 1999.
20. Эстетическое воспитание школьников. / Под ред. Бурова А. И., Лихачева Л. К. - М.: Педагогика, 1974.

### ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://infourok.ru/>

<https://edsoo.ru/>

<https://resh.edu.ru/>

<https://multiurok.ru/>

## **Рабочая программа воспитания реализуется через использование воспитательного потенциала уроков ритмики.**

Эта работа осуществляется в следующих формах:

- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через: демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности; использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовнонравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, лицам;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;
- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися;
- выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
- установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

В документе пронумеровано, прошито и скреплено печатью

25 / 2019 г. 20.08.2019 (листов)

Директор ОЧУ ШСР «Прогресс»

В.И.Ильникова Ильникова В.Г.

(подпись)

« 31 » августа 2019 г.

