

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №416 Петродворцового района Санкт-Петербурга
«Школа развития личности имени Веры Васильевны Павловой»

РАССМОТРЕНА
на заседании МО учителей

начальных классов
(предмет)

Протокол № 1 от
« 28 » августа 2018 года

СОГЛАСОВАНА
зам. директора по УВР



Е.А.Чоботарская

« 29 » августа 2018 года

УТВЕРЖДЕНО
директор ГБОУ СОШ №416



Н.Е.Измайкина

« 31 » августа 2018 года



ПРИНЯТА
решением педагогического
совета
Протокол № 8
от « 30 » августа 2018 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ритмике

(название предмета, курса)

для 1-х классов

(класс)

срок реализации рабочей программы 2018-2019 учебный год

Ф.И.О. учителя Вершинина Марина Юрьевна

Санкт-Петербург

2018

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Педагог-хореограф должен научить учащихся основам танцевального искусства, дать им необходимые знания, навыки, танцевальную технику, учитывая возрастные особенности учащихся. Он должен помнить, что выполнение задач, поставленных на уроке, непосредственно зависит от содержания и методики учебного процесса.

Преподавателю следует учесть физические недостатки учеников (кривизна ног, чрезмерная полнота, очень короткая шея и т.д.). Индивидуальную работу надо вести с теми детьми, у кого не развит музыкальный слух, чувство ритма и такта. Педагог должен быть внимательным, чутким и тактичным к таким детям, должен уметь расставлять учеников таким образом, чтобы они могли правильно выполнять движения, глядя на сверстников. Пояснения преподавателя, для всех детей должны быть простыми и доступными.

При составлении рабочей программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции. Использовалась методическая литература, базовые программы, личный опыт работы.

Условия реализации

Условия реализации программы.

Основными условиями реализации программы являются:

- высокий профессиональный уровень преподавателя (как в предметной сфере, так и в психолого-педагогической);
- грамотное методическое изложение материала;
- личный выразительный показ преподавателя;
- преподавание по принципу «от простого к сложному»;
- выполнение важных педагогических принципов: систематичность, целенаправленность, доступность, регулярность учебного процесса;
- умение преподавателя вовлечь учащихся в творческий процесс;
- позитивный психологический климат во время урока;
- организация мероприятий по сплочению группы: чаепития, экскурсии, проведение вечеров, концертов и т. д.
- материально-техническое оснащение (аудио-, видеоаппаратура), наличие танцевального зала, музыкального инструмента, наглядных пособий;

Учебная программа, представляющая информацию о дисциплине «Ритмика и танец», является одним из источников оценки качества преподавательской деятельности специалиста-хореографа в области дополнительного образования. Это нормативный документ, определяющий объём, порядок, содержание изучения и преподавания данной дисциплины, основывающейся на типовой программе по предмету.

Данная учебная программа очень важна, так как этот предмет необходимо изучать всем учащимся хореографического отделения. Программа по предмету «Ритмика» - «визитная карточка» предмета и своеобразный путеводитель для преподавателя и для заказчиков образовательных услуг- учащихся и родителей.

Нормативные документы и примерные программы, лежащие в основе курса.

В настоящее время в образовательных учреждениях используются типовые программы по предметам, которые утверждены Министерством образования Российской Федерации и носят рекомендательный характер. Они являются базой для составления преподавателями учебных рабочих программ, учитывающих национально-региональный и школьный компонент, методический потенциал учителя, уровень подготовленности учащихся, возможности использования новых информационных технологий.

Данная учебная рабочая программа основана на примерной программе для детских хореографических школ и хореографических отделений школ искусств Федерального агентства по культуре и кинематографии Научно- методического центра по художественному образованию за 2006 год.

Срок реализации учебного предмета.

Настоящая программа рассчитана на год обучения. Исходя из учебного плана, на предмет «Ритмика» отведено 33 часа. По расписанию занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу. Программа обучения содержит следующий раздел:

-ритмика, элементы музыкальной грамоты.

Раздел « Ритмика, элементы музыкальной грамоты». Включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувства ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определить ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Объём учебного времени предусмотренный учебным планом

образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;

Общий объём максимальной учебной нагрузки (трудоемкость в часах) учебного предмета «Ритмика» составляет 33 часа.

Форма проведения учебных аудиторных занятий;

Основной формой работы является урок. Во время проведения урока возможна индивидуальная форма работы преподавателя с учащимся.

Важное значение для формирования детского коллектива имеет также работа по подготовке учащихся к концертному выступлению.

Основные методы работы:

-метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения –образы;

-метод использования слова- объяснение, желательно образное, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений,объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др;

-метод наглядного восприятия- практический качественный показ, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;

-метод практического обучения, где в учебно -тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения;

-игровой - учебный материал в игровой форме;

-творческий - самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов.

Приемы:

-комментирование;

-инструктирование;

-корректирование.

Качество знаний, умений и практических навыков учащихся выявляются на контрольных уроках и дифференцированном зачёте по окончанию курса.

Структура урока.

Большое значение в хореографической работе с детьми имеет хорошо организованное и интересно проведенное занятие. К началу урока дети переодеваются в танцевальную форму и выстраиваются друг за другом в коридоре перед дверью зала. Это дисциплинирует детей и создает рабочую атмосферу. Под музыку марша, начиная с левой ноги, дети идут по кругу и выстраиваются в колонны, исполняют поклон преподавателю (здороваются).

Затем преподаватель сообщает тему урока.

Во избежание растяжения мышц, проводится разминочный тренаж, чтобы все мышцы тела были разогретыми и готовыми к разучиванию сложных элементов танца. В ходе

разминки, включающей упражнения и игры, преподаватель следит за тем, чтобы каждый ученик выполнял разминку в полную силу.

После тренажных упражнений разучиваются танцевальные упражнения или их отдельные элементы. Далее разучиваются этюды, движения и комбинации, входящие в запланированную постановку. К окончанию урока дети должны занять исходные рабочие места для исполнения поклона (до свидания).

1 часть урока (вводная -10 минут)

- Вход детей в танцевальный зал под марш;
- Выстраивание в колонны (занимают рабочие места);
- Поклон преподавателю, отметка посещаемости в журнале;
- Сообщение темы урока;
- Ритмическая разминка (для головы, плеч, рук, корпуса и ног).

2 часть урока (основная – 25 минут)

- Разучивание элементов танцевальной азбуки;

3 часть урока (заключительная – 10 минут)

- Закрепление музыкального материала в игре;
- Танцевальная – музыкальная импровизация;
- Выстраивание в колонны (занимают исходные места);
- Поклон педагогу, выход из зала под марш.

Цели и задачи программы.

Основная **цель** программы -способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения через хореографию.

Цели программы:

- социальная адаптация детей;
- эстетическое развитие;
- формирование духовно-нравственных ценностей;
- воспитание трудолюбия;
- укрепление здоровья.

Для осуществления поставленных целей необходимо решать следующие **задачи**.

Учебно – музыкальные задачи:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- опираться в обучении на основные принципы педагогики;
- научить взаимосвязи музыки и движения, дать основы музыкальной грамоты;
- научить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно – творческие).

Развивающие задачи:

- активизация творческих способностей;
- овладение свободой дыхания;
- формирование двигательных навыков и умений;
- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, физические данные, координацию движений, пластичность, хореографическую память, выносливость, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

Воспитательные задачи:

- воспитание музыкальных способностей;
- воспитывать художественный вкус, интерес к искусству хореографии, танцевальному искусству разных народов;

- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы;
- психологическое раскрепощение учащихся.

Обоснование актуальности программы, значимости преподаваемого предмета.

Музыкально-ритмическое воспитание занимает важное место в системе художественно-эстетического образования. Дисциплина «Ритмика» является первой ступенью в хореографическом образовании. Её освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыка коллективного общения. Развитию двигательного аппарата. Мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Предмет «Ритмика» является базовым для овладения другими хореографическими дисциплинами: «Классический танец», «Народный танец», «Бальный танец», «Современный танец».

Учебная рабочая программа по предмету обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях. В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов дополнительного образования относятся такие, как создание такой системы обучения хореографии, которая позволила бы:

- выявить и развить личностные качества ребёнка, его одарённость;
- организовать полноценный досуг, наполняя его активно-деятельным, эмоционально и психологически комфортным содержанием;
- помочь организовать ребёнку здоровый образ жизни;
- привить аккуратность, культуру поведения, умение ценить красоту;
- приобщить к культурным ценностям классического наследия.

Дисциплина «Ритмика» является фундаментом для освоения всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы и сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной постановки корпуса, координацию и танцевальность. Предмет формирует задатки высокой исполнительской культуры,- в этом его значение и значимость. Учебная рабочая программа по предмету «Ритмика» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят на концертах, где они могут показать уровень профессиональной обученности.

Принципы программы .

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- аккомпанемент концертмейстера;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Программа состоит из 3-х разделов:

- 1.Хореографическая азбука.
- 2.Музыка и танец.
- 3.Танцевальные композиции.

Первый раздел предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков и умений, овладение большим объемом новых движений, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий хореографией.

Второй раздел предусматривает приобретение учащимися знаний в области музыкальной грамоты, изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений и музыкальных игр.

Третий раздел предполагает изучение разноплановых танцев: образных, классических балльных, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые могут стать основой репертуара для сценической практики.

Содержание разделов программы предполагает вариантность использования предлагаемого материала, (т.е. на каждом уровне используются задания всех разделов), выбор которого направлена на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

В программу включены методические рекомендации по организации по проведению занятий, использованию музыкального материала.

Изложенный в программе курс рассчитан на два года обучения и изучается параллельно с курсом музыкальной грамоты.

Програмные требования-1 класс.

1 раздел:

- иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, корпуса, ног);
- иметь первоначальные навыки движений координации, хореографической памяти;

- знать простейшие построения (фигуры и рисунки танца), уметь самостоятельно размещаться в танцевальном зале;
- знать позиции ног(полувыворотные), позиции рук;
- владеть различными танцевальными шагами.

2 раздел:

- иметь представление о темпах и динамике музыкальных произведений, уметь их определять и отражать в движениях;
- знать понятия: вступление начало и конец предложения, уметь своевременно начинать движение по окончании вступления;
- знать понятия: «сильной» и «слабой» доли в такте и уметь выделить их соответствующими движениями;
- знать понятие метра и ритма;
- иметь навыки воспроизведения простейших ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши и притопов ног.

3 раздел:

- иметь представление о танцевальной композиции, выразительности исполнения разнообразных танцев;
- уметь ориентироваться на площадке танцевального зала;
- иметь навыки исполнения движений в различных ракурсах и рисунках танца;
- иметь навыки исполнения танцевальных комбинаций и композиций;
- иметь навыки коллективного исполнительства.

Программные требования-2 класс.

1 раздел:

- владеть первоначальными навыками постановки корпуса, рук, ног, головы;
- иметь навыки комбинирования движений;
- уметь перестраиваться из одной фигуры в другую;
- владеть различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных.

2 раздел:

- иметь представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;
- знать понятие лада в музыке (мажор, минор) и отражать ладовую окраску в художественных образах;
- знать понятие простых музыкальных размеров $2/4$; $3/4$; $4/4$; уметь определять их на слух;
- владеть навыками воспроизведения разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши и притопов ног в сочетании с простыми танцевальными движениями.

3 раздел:

- иметь представление о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;
- уметь ориентироваться сценической площадке;
- уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- иметь навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование разделов и тем	Количество часов
Введение	1
Раздел 1. Хореографическая азбука	
1.1. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	4
1.2. Фигурная маршировка	2
1.3. Балетная гимнастика	5
Раздел 2. Музыка и танец	
2.1. Связь музыки и движения	1
2.2. Темп музыкального произведения в танцевальных движениях	5
2.3. Метроритм, специальные упражнения	5
Раздел 3. Танцевальные композиции	
3.1. Парные композиции	5
3.2. Массовые композиции	5
Итого:	33

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА.

Введение.

- знакомство с воспитанниками;
- правила поведения на занятии;
- одежда для занятий;
- представление о хореографическом искусстве, ее многообразии;
- цели и задачи курса;
- систематичность занятий;
- дисциплинированность на уроке;
- значение специальной одежды для занятий танцем;
- развитие музыкальности, координации и свободы движения, ловкости, выносливости и физической силы.

Раздел 1. Хореографическая азбука

Тема 1.1. Развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов. Развитие опорно-двигательного аппарата. Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног. Подбор упражнений способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Ритмическая основа упражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

- наклоны головы вперед, назад и в стороны;
- повороты головы вправо и влево;
- круговые движения головой по полукругу и целому кругу;
- вытягивание шеи вперед и в стороны;
- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;
- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.

Упражнения для рук:

- подъем и опускание вверх- вниз;
- разведение в стороны;
- сгибание рук в локтях;
- круговые движения «мельница»;
- круговые махи одной рукой и двумя вместе;
- отведение согнутых в локтях рук в стороны.

Для кистей рук:

- сгибание кистей вниз, вверх;
- отведение вправо, влево;
- вращение кистей наружу, внутрь.

Упражнения для корпуса:

- наклоны вперед, в стороны;
- перегибы назад;
- повороты корпуса «пилка»;
- круговые движения в поясе;
- смещение корпуса от талии в стороны;
- расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус).

Упражнения для ног:

- полуприседания;
- подъем на полупальцы;
- подъем согнутой в колене ноги;
- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед, в сторону;
- то же с приседанием;
- отведение ноги, выпады вперед и в стороны;
- разворот согнутых в колене ноги.

Для ступней ног:

- сгибание и разгибание ноги в голеностопном суставе;
- отведение стопы наружу в суставе, внутрь;
- круговые движения стопой.

Прыжки:

- на обеих ногах;
- на одной (по 2-4-8 на каждой);
- прыжок с просветом (из 6-ой позиции на 2-ую позицию и обратно);
- перескоки с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны;
- подскоки;
- легкий бег.

Тема 1.2. Фигурная маршировка.

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды рисунков танца: Виды фигур: -круг;

- круг в круге; -змейка;
- звездочка; -цепочка;
- воротца;
- квадрат; -сужение и расширение круга;
- колонна;
- шеренга;
- диагональ;
- зигзаг;

Виды шагов и ходов:

- танцевальный шаг с носка;
- шаг с пятки;
- шаг на полупальцах;
- приставной шаг;
- шаги на полуприседании;
- маршевый шаг;
- галоп;

- подскок;
- легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
- бег «лошадки».

Тема 1.5. Балетная гимнастика.

Упражнения для развития тела, физических данных. Упражнения предполагается исполнять на полу, на ковриках (партер). Задачи партерного экзерсиса: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Партерный экзерсис:

- упражнения на напряжение и расслабление мышц;
- упражнения на исправление осанки;
- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие выворотности ног, танцевального шага;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов;
- упражнения, подготавливающие к классическому экзерсису.

Раздел 2. Музыка и танец.

Тема 2.1. Связь музыки и движения.

Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Понятие о строении танцевальной и музыкальной речи (мотив, фраза, предложение). Законченность мелодии и танцевального движения. Понятие о музыкальном вступлении и исходном положении танцующего. Начало исполнения движения после музыкального вступления. Отражение в движениях построения музыкального произведения. Понятие о трех музыкальных жанрах: марш, танец, песня. Знакомство с двухчастным и трёхчастным построением музыкального произведения.

Тема 2.2. Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.

Понятие о музыкальных темпах. Классификация музыкальных темпов: медленный, быстрый, умеренный (изучается последним). Выполнение движений в различных темпах: переход из одного темпа в другой, ускорение и замедление заданного темпа, сохранение заданного темпа после прекращения звучания музыки. Использование образных упражнений: «Листопад», «Снегопад».

Музыкальные игры: «Регулировщик движения», «Ищи свой цвет». «Бездомная птичка».

Музыкально-ритмические упражнения:

- 1.Р.Глиер.Маленький марш.
- 2.М.Старокадомский. Марш.
- 3.И.Дунаевский. Веселый ветер. Песня Роберта из кинофильма «Дети капитана Гранта».
4. Ш.Гуно. Отрывок из оперы «Фауст».
5. В.Витлин. Бубенцы.
6. А. Гречанинов. Моя лошадка.
- 7.Ан. Александров. Вальс.
- 8.Т.Попатеико. «Уголки». Упражнение «То бегом, то шагом».
- 9.Т Ломова. «Ускоряя, замедляя».
- 10.Л. Бетховен. Лендлер. Упражнение «Ветерок и ветер».
- 11.Ш. Люлли. Марш.
- 12.Б. Годар. Марш.
- 13.Венгерская народная мелодия. Упражнение «После дождя».
- 14.Английская и французская народные мелодии. Упражнение «Как звучит музыка».
- 15.С.Затоплянский. Танец. Упражнение «Радуеться солнышку».
16. Б.Асафьев. Отрывок из балета «Белая лилия».
17. Т. Ломова. «Прогулка». Упражнение «Певучий хоровод».

18.В.Моцарт. Отрывок из оперы «Док-Жуан». Упражнение «Бесконечная сказка».

Тема 2.3. Метроритм, специальные упражнения.

Понятие о метре, ритме, ритмическом рисунке. Воспроизведение разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши, притопов ног, позднее в сочетании с простыми танцевальными движениями. Понятие сильных и слабых долей. Знакомство с музыкальными размерами: 2/4, 3/4, 4/4.

Упражнения на акцентирование «сильной» первой доли такта: ударом мяча, притопом ноги, хлопком в ладоши, прыжком, передачей куклы, взмахом платка и т.д.: ударом мяча, притопом ноги, хлопком в ладоши, прыжком, передачей куклы, взмахом платка и т.д. На «слабые» доли исполнение движений менее сильных. Понятие о длительностях (целые, половинные, четвертные, восьмые). Воспроизведение длительностей нот движениями:

-целая нота-полное приседание, круговое движение в поясе и др;

-половинная нота-полуприседание, круговое движение головой по кругу и др;

-четвертная нота - шаг, подскок, прыжок и др;

-восьмая нота – различные виды беговых шагов и т.д.

Музыкально-ритмические упражнения:

1.Ф.Шуберт. Военный марш № 3. Соч. 51, «Три военных марша».

2.Ф.Шуберт. Экосез. Соч. 18, тетрадь I. Вальсы и экосезы, № 1.

3.Э. Григ. Свадебный день в Трольхаугене. Соч. 65, № 6.

4.Л. Бетховен. Отрывок из сонаты.

5.М.Глинка. Краковяк из оперы «Иван Сусанин».

6.М.Красев. Танец снежинок.

7.Венский вальс в записи М. Мейчика.

Раздел 3. Танцевальные композиции.

Тема 3.1. Парные композиции.

Знакомство с основными правилами поведения в парном танце:

-приглашение на танец;

-постановка исполнителей в паре;

-положение корпуса: лицом друг к другу, лицом по линии танца, против линии танца, в повороте парой и др;

-положение рук: взявшись за одну руку, за две руки, «крест накрест», «воротца», «под руки» и др;

-ведущая роль партнера;

Воспитание уважительного отношения партнеров друг к другу. Развитие навыков исполнения парного танца.

Изучение образных танцев: «Веселая прогулка», «Мяу», «Улыбка», «Осы», «Дождя не боимся», «Пингвины», «Топотки», «Лебёдушка», «Торжественный танец» и др (по выбору преподавателя).

Изучение классических бальных танцев:

-полька: «Ладошки», «Школьная», «Встреча», «Круговая», «Забава», «Вертушка», «Непоседы», «Перевёртыши», «Минутка» и др.

-вальс: «Качели», «Школьный», «Бабочка», «Фигурный» и др.

-марш: «Авангард», «Детский марш», «Весёлый марш» и др (по выбору преподавателя)

Изучение танцев в современных ритмах: «Модный рок», «Самбарينو», «Стокатто».

Диско-танцы: «Паровозик», «Ежики», «Ква-ква», «Стирка», «Тутси», «Элефант», «Чикирики», «Буратино», «Кенгуру», «Мим», «Чарли», «Комарики», «Эврика», «Манго» и др (по выбору преподавателя).

Тема 3.2. Массовые композиции.

Освоение композиционного пространства. Навыки коллективного исполнительства. Обогащение исполнительской выразительности. Понятие об ансамбле, как согласованном

действии исполнителей. Изучение массовых композиций: «Вальс шаров», «Валенки», «Цирковые лошадки», «Пингвины», «Танец цыплят», «Ах вы, сени», «Ручеек», «Русское попури», «Марш друзей», «Волшебный цветок», «Летка-енка», «Метелица», «Мячики», и др (по выбору преподавателя).

3.ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

Результатом освоения учебного предмета «Ритмика» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

Ритмика:

- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

Гимнастика:

- знание анатомического строения тела;
- знание приёмов правильного дыхания;
- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений;
- знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни;
- умение выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учётом индивидуальных особенностей организма;
- умение сознательно управлять своим телом;
- умение распределять движения во времени и пространстве;
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса; навыки координации движений.

4.ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ. Ожидаемые результаты за первый год обучения.

Учащиеся должны уметь:

- Начинать и заканчивать движения одновременно с музыкой;
- Выразительно, правильно и ритмично выполнять под музыку танцевальные упражнения;
- Исполнять правильно и выразительно танцы и танцевальные композиции;
- Перемещаться по залу маршем и другими видами ходьбы в различных направлениях(по большому кругу, концентрическими кругами, двумя разными кругами, по диагонали).
- Различать марш, танец и песню;
- Различать и определять на слух музыку двух, трех и четырех дольного метра.

Требования к организации и проведению контрольного урока, зачёта

- форма и содержание урока определяется преподавателем;
- контрольный урок, зачет должен включать отдельные фрагменты всех разделов программы и представлять собой законченный по форме музыкально-ритмический и танцевальный материал, соответствующий требованиям класса;
- итоги контрольного урока, зачета обсуждаются преподавателями хореографических дисциплин.

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА.

Любой исполнение воздействует на зрителя лишь тогда, когда искусство танцовщика основывается на выразительном, а не механическом жесте, реалистическом, а не абстрактном действии. Следовательно, в учебной работе надо подвести учащихся к тому, чтобы они стремились выполнять каждое движение не только технически грамотно и физически уверенно, но и творчески увлеченно, музыкально.

Методика учебно-воспитательной работы не может быть единой для всех хореографических коллективов, так как коллективы отличаются друг от друга творческим

направлением, численностью, возрастным составом, интеллектуальным уровнем учащихся. Метод работы по данной программе предполагает:

- поэтапное, вариативное обучение детей;
- присутствие игрового момента на первоначальном этапе обучения;
- поиск интересного музыкального материала;
- творческий подход к работе.

Освоение элементов программы происходит постепенно и от опыта и интуиции педагога зависит, когда и насколько усложнить движение. Необходимо выбирать оптимальный режим усложнения, опираясь на индивидуальные и возрастные особенности учащихся. В целях создания положительной мотивации необходимо использовать игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых. В процессе освоения программы необходимо использовать

следующие методы разучивания танцевальных движений:

- метод разучивания по частям (движение делится на простые части и каждая часть разучивается отдельно);
- целостный метод разучивания (заключается в разучивании движения целиком, в замедленном темпе);
- метод временного упрощения движения (сложное упражнение сводится к простой структуре и разучивается в таком виде, затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме).

На уроке «Ритмики» учащиеся приобретают навыки музыкально-двигательной деятельности, осваивают простейшие танцевальные элементы.

Урок делится на 3 части: подготовительную или вводную, основную и заключительную.

Первая, подготовительная часть - включает маршировку и разминку, построенные на простейших движениях, способствующие разогреву мышц, суставов и связок, желательна с элементами образности.

Вторая, основная часть – изучение элементов классического и народно танцев; основ музыкальной грамоты, танцевальных движений, их комбинирование, работа по развитию физических данных, работу над этюдами, композициями.

Третья, заключительная часть - включает закрепление музыкально – ритмического материала в игре, танцевально-игровые движения. У каждой части урока свои задачи.

Главная задача подготовительной части – организовать внимание учащихся, подготовить мышцы, суставы, связки к физической работе. Задачи основной части- формирование осанки, развитие силы, выносливости, начальных элементов координации посредством освоения тренировочных и танцевальных движений и выразительность их исполнения. Задача заключительной части – снятие физического и нервного напряжения, подъем эмоционального тонуса.

Во время урока, необходимо постепенно увеличить нагрузку расчлняя каждое упражнение на элементы. При этом следить за свободным, правильным дыханием и общим самочувствием учащихся. Не следует ставить задачу разучить большое количество движений за урок. Важно добиваться осмысленного, правильного музыкального исполнения каждого задания урока. С первых уроков важна работа над культурой исполнения движений. Основные педагогические принципы в работе с детьми: доступность, системность, последовательность, заинтересованность, перспективность.

Требования к музыкальному оформлению урока

Музыкальное оформление урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся.

Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным, будь то работа концертмейстера или звучание фонограммы.

Музыкальное произведение подбирается к каждой части урока, определяется его структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными. В оформлении урока можно использовать:

- классическую музыку русских и зарубежных композиторов;
- народную музыку;
- музыку в современных ритмах.

Музыкальный материал должен быть:

- доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми младшего школьного возраста;
- иметь выразительную мелодию и четкую фразировку;
- быть близким по содержанию детским интересам.

Ритмические упражнения (1 класс).

Упражнение 1. Ритмика учит детей в условных движениях услышанный музыкальный ритм. Каждый музыкальный звук имеет установленную длину (длительность). Условно примем звук, длящийся 4 сек., за целую ноту, тогда половина будет звучать только 2 сек., а четверть - одну.

Предложите концертмейстеру играть четверти со скоростью 60 ударов в минуту. А учащимся, предложите отмечать хлопками, после команды «и», сначала четверти, потом половины, затем целые ноты. (При исполнении четвертей учащиеся будут хлопать вместе со звуками музыки, при исполнении половин на «раз» - хлопок, «два» - пауза, в целых же нотах на «раз» - хлопок, 2,3, 4 – пауза). Так практически учащиеся узнают, как можно движениями отмечать длину звуков. По заданию учителя хлопки можно заменить щелчками, притопами, шлепком по бедрам или хлопками в паре.

Упражнение 2. Предложите концертмейстеру играть ритмический рисунок: Учащиеся сначала должны выслушать эту музыкальную фразу, затем повторить ее ритм хлопками. Задание исполняется несколько раз подряд. Если оно не получилось, надо снова отдельно отхлопать половины, затем четверти. После этого пропеть эту фразу, а затем петь и хлопать. Предложите второй ритмический рисунок, более сложный. Пропеть эту музыкальную фразу. Затем ее же отхлопать. Пение помогает правильному соблюдению длительности нот, после него хлопки почти всегда исполняются в правильном ритме. Это наиболее продуктивный способ освоения ритмических рисунков, им следует пользоваться всегда, когда есть трудности в воспроизведении ритмов.

Игры (1 класс).

Тема 1. Игры на развитие воображения.

- 1.»Повтори за мной». Педагог простукивает определённый ритм ладонями (фраза чёткая и короткая) дети поочередно повторяют фразу.
- 2.»Волшебное яйцо». Раздается шаблон в виде яйца, дети обводят его на бумаге и дорисовывают овал так, чтобы получился новый предмет.
- 3.»Узнай, кто я». Нужно узнать предмет по устному описанию.

Тема 2. Игры для поднятия настроения, снятия психологического барьера.

- 1.»Гусеница». Группа становится в линию. Каждый из группы передаёт свою руку тому, кто стоит сзади. Для этого играющие расставляют ноги на ширину плеч и подают руку назад между своих ног. При этом каждый берет руку стоящего впереди. Группа начинает двигаться вперед, потом назад, пока все не лягут на пол.
- 2.»Обувная фабрика». Все снимают обувь и встают в центр круга. Каждый одевает два разных ботинка и пытается поставить ногу рядом с ногой обутой в парную обувь.
- 3.»Это мой нос». Показывая на часть тела, называют другую: показывая на ухо, спрашиваем: «Это мой нос».
- 4.»Ха-ха-ха». Все ложатся, кладя голову на живот другому участнику, образуя длинную цепь. Первый играющий говорит: «Ха», второй «Ха-ха», третий: «Ха-ха-ха». Так продолжается до последнего. Игра начинается заново, если кто-то засмеётся.

Тема 3. Игры на коррекцию эмоциональной сферы.

- 1.»Невидимая надпись». Взрослый, или дети в паре рисуют на ладошке другого любую букву из его имени. Дети отгадывают.

2.«Жукольный театр». Дети делятся на пары: 1-й кукольник, 2-й кукла. Кукла сидит совершенно расслаблено, свесив голову вниз, как тряпичная. Кукольник придаёт какое-то положение её рукам ногам, лицу, чтобы выражалось какое-то чувство. Кукольники угадывают, какая кукла, что показывает. Меняются в парах.

3.»Островок чувств». Позволяет выразить чувства, которые им приходится скрывать. Дети делятся на две группы: 1 группа – танцоры, 2 группа - художники. Ведущий говорит шепотом, какие чувства они должны показать.

Художники наблюдают, угадывают чувство, подбирают краску и рисуют одной линией танец танцоров в течение 3 минут, затем рассказывают, почему они так нарисовали движения танцоров:

-тебе грустно: умерла твоя кошка;

-ты один дома, тебе скучно;

-ты здоровый, сильный, победил на соревнованиях;

-ты отравился чем-то, у тебя болит живот;

Партнеры меняются местами.

4.»Танцы – противоположности». Дети в парах под ритмичную музыку танцуют танец, изображая противоположные чувства.1- грустный, 2- веселый. Через 1-2 минуты дети меняются ролями. Примерные пары чувств: нервный - спокойный, беспечный – озабоченный, сердитый - довольный, жадный - щедрый, трусливый – смелый, бунтарский - покорный.

Тема 4. Игры на сплочение коллектива.

1. «Мой хороший попугай «(мишка, зайка). По кругу передают любую игрушку. Получив игрушку, ребёнок прижимает её, гладит, говорит что-то приятное, бережно передаёт другому.

2.»Липучка». Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников приговаривая: «Я - липучка -приставучка, я хочу тебя поймать». Каждый пойманный присоединяется.

3.»Кенгуру « /в парах/. 1-й кенгуру , 2-й кенгурёнок сначала встаёт спиной к нему, а затем приседает. Оба берутся за руки. Задача: в таком положении пройти как можно дальше.

4.»Щепки на реке «. Участники встают в два длинных ряда, один напротив другого. Это берега реки. Расстояние между рядами больше вытянутой руки. По реке плывут щепки. Сами решают, как будут двигаться – быстро или медленно, прямо или крутиться, останавливаться, поворачивать назад. Участники игры «берега» помогают руками легкими прикосновениями движению щепок. Глаза у щепок могут быть открыты или закрыты.

6.СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1.Бахто С.Е. Программа «Ритмика и танец» для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств. Москва, 1984г.

2.Т.В.Пуртонова, А.Н. Беликова, О.В. Цветная. Учите детей танцевать. Москва, 2003г.

3.Ионова И.И. Программа для уроков ритмики в начальных классах всей типов школ. Казань, 2003г.

4.Барышникова Т. Азбука хореографии.(Внимание: дети).-М.Ральф, 2000.

5.Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.-Л. Искусство, 1983.

6.Бекина С. И др.Музыка и движение- М. Просвещение, 1984.

7.Васильева Т. Балетная осанка. Методическое пособие.- М. Высшая школа изящных искусств.

8.ЗацепинаК., Климов А.и др. Народно-сценический танец. Учебно-методическое пособие.-М. Искусство, 1976.

9.Пинаева Е. Новые детские диско-танцы. Учебно- методическое пособие.- М. ПБОЮЛ Монастырская М. 2003.

10. Пинаева Е. Образные танцы для детей. Учебно- методическое пособие.-

Перьм: ОЦХТУ «Росток», 2005.

11. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно- методическое пособие.- Перьм: ОЦХТУ «Росток», 2005.

12. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно- методическое пособие.- Перьм: ОЦХТУ «Росток», 2005.

13. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно- методическое пособие.- Перьм: ОЦХТУ «Росток», 2005. __