

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«РИТМИКА»

8 класс

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты

Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

- формирование мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию, приобретению новых знаний и умений, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и танцевальные движения.
- формирование самооценки, включая осознание своих возможностей, умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность.

Реализация творческого потенциала.

Метапредметные результаты

Регулятивные:

- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, передавать в движении ритмический рисунок;
- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

Познавательные:

Учащиеся должны уметь:

- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- умение контролировать и оценивать свои действия, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- передавать в движениях различные нюансы музыки: грациозность, энергичность и т. д.;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Коммуникативные:

- умение координировать свои усилия с усилиями других.
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения,
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы и др.;

- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Предметные результаты:

- общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;
- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевально - творческой деятельности;
- использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;
- готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.
- участие в создании танцевальных композиций, импровизаций, конкурсов.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа по ритмике состоит из следующих разделов:

- 1 Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
- 2 Танцевальная азбука (тренаж).
- 3 Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).
- 4 Творческая деятельность.

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.

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

Музыкально-ритмическая деятельность включает музыкальные игры, упражнения на ориентировку в пространстве, ритмические упражнения, 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. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение народных танцев, исторических и современных, бальных танцев, постановку танцевальных номеров.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений
- разучивание танцевальных композиций.

Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения.

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

- партерная гимнастика;
- танцевальные движения;
- разучивание танцевальных композиций.

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 учащимся предоставляется возможность «побыть» актёрами, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

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

ВОСЬМОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»

Ритмико-гимнастические упражнения 6 часов:

Беседа о технике безопасности, правилах поведения на уроке ритмики, при выполнении упражнений, разучивании танцев. Азбука музыкального движения. Упражнения на ориентировку в пространстве. Определение характера музыкальных фраз и воплощение в движение. Паузы в движении и их использование. Сильные и слабые доли такта. Ритмический рисунок.

Раздел «Танцевальная азбука»

Классический танец, Народный танец 9 часов:

Элементы Классического танца. Развивающие элементы русского народного танца. Танцевальная зарядка: упражнения для корпуса и рук. Комплекс ритмической гимнастики: упражнения на равновесие, на развитие ловкости. Настроение в музыке и танце. Партерная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Взаимодействие танцевальных движений. Игры и

массовые танцы.

Раздел «Танец»

Бальные и народные танцы. 15 часов:

Правила танцевального этикета. Историко-бытовой танец. Знакомство с танцами разных народов. Современный танец. Элементы современного танца. Танцевальные движения в стиле «Хип - хоп». Вальс, танец в паре. Постановка танцевальных номеров. Знакомство с музыкой. Массовые танцы, флешмоб. Танцевальный праздник.

Раздел «Творческая деятельность»

Музыкально - танцевальные игры. 4 часа:

Инсценировка доступных песен. Движения к определённой цели и между предметами. Танцевальная импровизация. Передача характерных черт персонажей сказок, песен, частушек, танцев. Музыкальные игры с имитацией движений персонажей. Танцевальный марафон. Показ танцевальных номеров.

Формы организации учебных занятий

Данная программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей учащихся старших классов. На занятиях ритмикой постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление.

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.

Внутренние формы организации занятий: - вводное занятие - занятие по углублению и совершенствованию материала - практическое занятие - занятие по обобщению и систематизации знаний - комбинированная форма организации занятия - открытое занятие

В каждую часть урока включено повторение предыдущего и изложение нового материала с обязательным его закреплением (самостоятельное выполнение заданий).

Каждая часть урока ставит конкретные задачи, связанные между собой и направлены на выполнение программы в целом.

Включает следующие структурные элементы помимо основной части:

Вводная часть урока: упражнения, воздействующие на весь организм; азбука танца и танцевальные движения; разучивание движений в игровых задачах.

Основная часть урока: нагрузочная - разучивание элементов, этюдов к танцам.

Заключительная часть урока: игровые этюды к танцу; разучивание частей танцев.

В конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление.

Формы проведения занятий:

- учебное занятие, объяснения;
- беседа, вопросы к детям;
- игра;
- концерт.

ВОСЬМОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Раздел программы	Формы обучения	Методы обучения	Комплекс средств обучения
1	« Ритмика, элементы музыкальной грамоты » Ритмико-гимнастические упражнения. Азбука музыкального движения.	Групповая, индивидуально-групповая	Беседа, демонстрация лекция, упражнение-игра	Речь, наглядные учебные пособия, занятие, объяснения
2	« Танцевальная азбука » Классический танец, Народный танец. Партерная гимнастика.	Групповая, индивидуальная	Беседа, демонстрация, лекция, упражнение, повторный метод	Речь, наглядные пособия
3	« Танец » Бальные танцы и массовые танцы. Историко-бытовой танец. Современный танец.	Групповая, индивидуально-групповая, словесное сопровождение движений под музыку.	Беседа, демонстрация, иллюстрация, видео-метод	Речь, исследуемые объекты, концерт;
4	« Творческая деятельность ». Музыкально - танцевальные игры. Импровизация	Групповая, индивидуально-групповая.	упражнение, игровой метод	наглядные пособия,

	движений под музыку.			
--	----------------------	--	--	--

Тематическое планирование

№	Название темы	Кол-во часов
	Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» (6 ч)	
1.	ТБ, правила поведения на уроке ритмики.	1
2.	Азбука музыкального движения. Упражнения на ориентировку в пространстве	1
3.	Определение характера музыкальных фраз и воплощение в движение.	1
4.	Настроение в музыке и танце.	1
5.	Паузы в движении и их использование.	1
6.	Сильные и слабые доли такта. Самостоятельное составление ритмических рисунков.	1
	Раздел «Танцевальная азбука» (9 ч)	
7.	Танцевальная зарядка: упражнения для корпуса и рук.	1
8.	Комплекс ритмической гимнастики «Качка»: упражнения на равновесие, на развитие ловкости.	1
9.	Классический экзерсис. Упражнения на середине зала.	1
10.	Настроение в музыке и танце. Развивающие элементы русского народного танца	1
11.	Развивающие элементы русского народного танца. «Хоровод».	1
12.	Взаимодействие танцевальных движений. Элементы современного танца.	1
13.	Партерная гимнастика. «Рок-н-ролл лёжа».	1
14.	Пластические приемы релаксации «Звездопад».	1
15.	«Новый год к нам мчится». Новогодние игры и массовые танцы.	1
	Раздел «Танец» (15 ч)	
16.	Красота движений. «Зимний вальс».	1
17.	Правила танцевального этикета.	1
18.	«Историко-бытовой танец».	
19.	Постановка танцевальных номеров. Знакомство с музыкой.	1
20.	Времена года в танцевальных композициях.	1
21.	Постановка танцевальной композиции "Времена года".	1
22.	Постановка танцевальной композиции "Времена года".	1
23.	Знакомство с танцами разных народов.	
24.	Современный танец. Танцевальные движения в стиле «Хип хоп».	
25.	Танцевальные движения в стиле «Хип хоп».	1
26.	Сольное исполнение уличного танца в стиле «Хип хоп».	1
27.	Массовые танцы. Флешмоб.	1
28.	Постановка танца: Флэш-моб.	1
29.	Разучивание движения к флешмобу.	1
30.	Танцевальный праздник.	1
	Раздел «Творческая деятельность» (4 ч)	
31.	Урок - игра «Я - учитель танцев».	1

32	Импровизация движений под музыку. «Сочини свой танец».	1
33	Танцевальная импровизация. Импровизация в технике "Магнит".	1
34	«Танцевальный марафон». Показ танцевальных номеров.	1