**Пояснительная записка**

Рабочая программа «Ритмика» для 1дВ класса является модификацией опубликованной программы образцового хореографического коллектива «Побратимы» авторы-составители Канашов Н.И. и Канашова И.А.

Модификация данной программы заключается в первую очередь в адаптации и спецификации программы для детей с ОВЗ, расширении круга решаемых задач и методов их осуществления, доработки условий реализации программ.

**Актуальность и педагогическая целесообразность**

В соответствии с новым Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (статья 5.п.5.1) в целях реализации права каждого человека на образование в РФ создаются необходимые условия для получения без дискриминации качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья, для коррекции нарушений развития и социальной адаптации, оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных педагогических подходов и наиболее подходящих для этих лиц языков, методов и способов общения и условия, в максимальной степени способствующие получению образования определенного уровня и определенной направленности, а также социальному развитию этих лиц, в том числе посредством организации инклюзивного образования для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Одним из психолого-педагогических ресурсов социальной интеграции и социальной адаптации детей с ОВЗ в сообществе сверстников, развития детско-родительских отношений является дополнительное образование.

Использование технологии Kinect непосредственно в учебном процессе, при его организации, и во многих других направлениях учебно-воспитательной деятельности в образовательном учреждении является фактором **новизны** данной программы. Процесс обучения ведется со школьниками.

**Ритмика** является начальной ступенью танца. Ритмика – это разнообразные движения под музыкальное сопровождение. Занятия ритмикой развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.)

Ритмика развивает в ребенке, в первую очередь, хорошее владение собственным телом, что является одной из приоритетных задач для детей с ОВЗ.

Также на занятиях ритмикой важным является элемент игры. Задания даются с учетом дидактических принципов: от простого к сложному, с учетом естественного интереса и желания обучающихся, их психологических и физиологических особенностей и способностей, а также творческих возможностей детей. Очень часто именно по этой причине, сценариями танцев являются сюжеты сказок про лес и деревья, времена года, жизнь зверей или же используются специальные фонограммы для детей.

**Цель программы:** создание условий для творческой социализации, социальной адаптации, социального взаимодействия детей с ОВЗ, развитие у ребенка творческого потенциала, психологической уверенности в собственной социальной значимости.

**Задачи программы:**

Обучающие:

1. Формирование интереса к хореографическому искусству, раскрытие его многообразия и красоты;
2. Знакомство с основами хореографии;

обучение восприятию произведения танцевального искусства;

1. Формирование ориентирования в пространстве, умения исполнять движения в комбинации;

Коррекционно-Развивающие:

1. Использование специфических средств искусства танца для гармонизации развития обучающихся, расширения рамок культурного и исторического образования обучающихся.
2. Развитие самостоятельности мышления и раскрытие творческого потенциала каждого обучающихся.
3. Развитие физических возможностей тела: укрепление костно-мышечного аппарата, выворотности, амплитуды шага, подвижности голеностопа, гибкости, прыгучести, силы и эластичности.
4. Развитие эмоциональной устойчивости, умения противостоять стрессогенным факторам.
5. Развитие танцевальную выразительность, выносливость, координацию.

Воспитательные:

1. воспитание коммуникативных и коллективистских навыков, навыков социального взаимодействия;
2. воспитание необходимых психологических качеств танцора - актёра: внимания, быстроты реакции, воображения, чуткого и внимательного отношения к партнёру по сцене, друзьям и близким; раскрепощенности и свободы действий в обыгрывании танца на сцене.

Формирование и развитие ключевых компетенций

**Социокультурные компетенции:**

• владеть знаниями и опытом выполнения типичных социальных ролей: гражданина, потребителя;

• определять свое место и роль в окружающем мире, в семье, коллективе, государстве; владеть культурными нормами и традициями.

**Коммуникативные компетенции:**

• владеть способами взаимодействия с окружающими;

• владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения; умениями искать и находить компромиссы.

**Информационные компетенции**:

• владеть навыками работы с различными источниками информации;

**Здоровьесберегающие компетенции:**

• позитивно относится к своему здоровью, владеть способами физического самосовершенствования;

• знать и применять правила личной гигиены;

• иметь многообразие двигательного опыта, уметь использовать в организации активного отдыха и досуга.

**В основу программы положены следующие педагогические принципы:**

* Принцип гуманизации и демократизации педагогических отношений - личностные отношения являются важнейшим фактором, определяющим результаты учебно-воспитательного процесса и включающими сотрудничество, мастерство общения.
* ​  Принцип интенсивного восприятия - предполагает максимальное использование различных сенсорных каналов и разнообразных их сочетаний.
* ​ Принцип открытого общения - способствует формированию доверительных отношений, располагает к высказыванию собственных чувств, позволяет вовлечь в дискуссию, помогает созданию ситуации успеха.
* ​ Принцип психологической комфортности, предполагающий охрану и укрепление психологического здоровья ребенка.

**Организация образовательного процесса**

Образовательная программа «Веселая ритмика» рассчитана на 1 год обучения (33 недели)

*Основной формой* организации занятий является групповая работа. Количество обучающихся в группе – от 2 до 5 человек.

Группы формируются по классам.

Образовательный процесс по дисциплине «Ритмика» предполагает аудиторные занятия. Аудиторные занятия проводятся в кабинете.

Программа предполагает следующие формы организации аудиторных занятий:

• вводные занятия, которые проводятся в начале каждого года обучения и включают беседы: «Правила техники безопасности», «Правила поведения на занятиях».

​ • учебные занятия;

​ • итоговые занятия.

**Механизм реализации программы**

Работа по программе «Ритмика» учитывает психолого-педагогические особенности развития детей различных возрастных групп.

В***едущим методом обучения является игровой.***

Для предупреждения эмоциональной и физической перегрузки подбор музыкального материала для занятий и детский *репертуар танцев составляется* ***на принципах доступности, заинтересованности*** восприятия и простоте исполнения для детей данного возраста.

Методически продуманное использование музыкальных игр и импровизационных заданий способствует развитию музыкальности, формирует музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, развивает чувство ритма.

В процессе реализации программы закрепляются основные знания особенностей народных танцев, их географию. Формируются основные навыки актерского мастерства в танцах. Совершенствуется четкость, ритмичность, музыкальность и выразительность движений исполняемых танцев. Формируется нравственно-эстетические качества личности каждого ребенка.

**Учебный план**

**для детей 1дв**

Режим занятий 1 раз в неделю по 35 мин.

Учебных недель – 33.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Количество часов** | | | **Форма аттестации/**  **контроля** |
| **всего** | **теория** | **практика** |  |
|  | Вводное занятие. Знакомство.  Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| **Учебно-тренировочная работа:** | | | | | |
|  | Музыкальная грамота | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
|  | Движения на развитие координации. | 5 | 2 | 4 | Наблюдение |
|  | Прыжковые комбинации. | 8 | 2 | 6 | Рефлексия |
|  | Ознакомление с элементами танцевальной азбуки. | 5 | 1 | 4 | Наблюдение |
|  | Элементы танцевальных движений | 5 | 1 | 4 | Наблюдение  рефлексия |
|  | Изучение и закрепление танцевальных элементов | 5 | 2 | 3 | Наблюдение  рефлексия |
|  | Итоговое занятие | 1 | - | 1 | Анкетирование  рефлексия |
|  | Всего часов | 32 | 9,5 | 23,5 |  |

**1-я четверть - 8 часов.**

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности-1час
2. Ознакомление с элементами танцевальной азбуки- 1час
3. Ознакомление с элементами танцевальной азбуки-1час
4. Музыкальная грамота-1 час
5. Движения на развитие координации-1час
6. Ознакомление с элементами танцевальной азбуки-1час
7. Музыкальная грамота-1 час
8. Ознакомление с элементами танцевальной азбуки-1час

**2-я четверть – 7 часов**

1. Ознакомление с элементами танцевальной азбуки-1час
2. Прыжковые комбинации-1час
3. Движения на развитие координации-1 час
4. Изучение и закрепление танцевальных элементов-1час
5. Прыжковые комбинации-1час
6. Движения на развитие координации-1час
7. Элементы танцевальных движений-1час

**3-я четверть-9 часов**

1. Изучение и закрепление танцевальных элементов- 1час
2. Движения на развитие координации- 1 час
3. Прыжковые комбинации-1 час
4. Движения на развитие координации -1 час
5. Элементы танцевальных движений-1 час
6. Изучение и закрепление танцевальных элементов-1 час
7. Прыжковые комбинации-1 час
8. Элементы танцевальных движений-1 час
9. Прыжковые комбинации-1 час

**4-я четверть – 8часов**

1. Элементы танцевальных движений- 1 час
2. Элементы танцевальных движений-1 час
3. Прыжковые комбинации-1час
4. Изучение и закрепление танцевальных элементов-1 час
5. Прыжковые комбинации-1 час
6. Прыжковые комбинации-1 час
7. Изучение и закрепление танцевальных элементов-1 час
8. Итоговое занятие-1час

**Содержание**

1. **Вводное занятие**

**Теория.** Знакомство с детьми. Техника безопасности.

**Практика**. Просмотр детей на основе элементарных движений, проверка на координацию, проверка слуха, природных данных.

**Учебно-тренировочная работа:**

**2. Музыкальная грамота: «музыкальный квадрат», ритм 2/4**

**Теория.** Основы музыкальной грамотности. Понятия счета в танце. Точное начало и окончание движение вместе с началом и концом музыкальной части и фразы.

**Практика.**

Ритмические движения по счет и под музыку.

Упражнения в ритме 2/4.

**3. Движения на развитие координации. Баланс, Апломб.**

**Теория**. Объяснить термины **-** баланс, апломб. Теоретическое объяснение учащимся понятий и исполнения упражнений.

**Практика.**

Упражнения на баланс на двух ногах.

Упражнение на баланс «Цапля»,

Упражнение на координацию движений «Лесенка»,

Упражнение- танец «Арам-зам-зам».

**4.Прыжковые комбинации.** **Развитие «баллона».**

**Теория.** Основная техника выполнения прыжков. Чередование с хлопками.

**Практика.** Прыжковые комбинации.

Прыжок Sautes.

Трамплинные прыжки.

Прыжки с поджатыми ногами.

Прыжки «Пингвин».

**5. Ознакомление с элементами танцевальной азбуки**

**Теория.** Техника правильного выполнения упражнений.

**Практика**

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;

-упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и

опускания их вниз;

-упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;

- упражнения с предметами.

- Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью

спины, постановкой головы.

**6. Ознакомление с элементами танцевальных движений**

**Теория.** Техника правильного выполнения упражнений

**Практика.**

- равномерный бег с захлёстом голени;

- легкие, равномерные, высокие прыжки;

-перескоки с ноги на ногу;

- простой танцевальный шаг, приставной шаг

-шаги на полупальцах и пятках;

-притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

**7. Изучение и закрепление танцевальных элементов**

**Теория.** Техника правильного выполнения упражнений.

**Практика.**  Исполнение правильно и четко:

Полуприседания; повороты на двух ногах; вынос ноги на пятку; ознакомление детей с танцевальными рисунками; проведение игр для развития ориентации детей в пространстве; выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

**8.** **Итоговые занятия**

**Теория:**Подведение итогов работы. Рекомендации по работе на каникулярный период.

**Практика:** Уровень освоения программы – вручение удостоверений, грамот, благодарственных писем.

**Прогнозируемые результаты:**

**1дв**

К концу учебного года обучающийся должен овладеть рядом знаний умений и навыков:

1. Соблюдать этикет приветствия и прощания в начале и конце занятия.
2. Знать разницу между круговым движением и прямым.
3. Знать следующие движения: хороводный шаг, боковой шаг, подскок, галоп.
4. Владеть правильной постановкой корпуса, головы.

Режим организации занятий

Срок реализации программы - 1 год. Периодичность занятий - один раз в неделю по 1 часу, с общим количеством 33 часа в год.

Формами организации познавательной деятельности являются:

* индивидуальная;
* парная;
* групповая;

***Условия реализации программы***

**Формы занятий:**

Групповые

**Методы занятий:**

* Словесный
* Наглядный

**Материально-техническое обеспечение:**

1. Аудио-, видеоаппаратура;
2. Фотоаппарат;
3. Оборудованное помещение:
   1. танцевальный класс;
   2. зеркальные стены;
4. Костюмерная;

**Информационное обеспечение:**

1. Учебные пособия;
2. Аудиозаписи:
   1. фонограммы концертных номеров на USB-флеш-накопителе;
3. Видеозаписи:
   1. видеозаписи с выступлений;
   2. сборник фильмов о танцах (DVD);
   3. танцевальная аэробика (VHS);
   4. учимся танцевать. Клубные танцы (VHS);
   5. хип-хоп фитнес (мастер-класс в стиле хип-хоп) (DVD).

**Формы аттестации:**Уровень теоретических знаний выявляется во время промежуточной и итоговой аттестации в объединении. Форма аттестации выбирается педагогом: зачеты, кроссворды, конкурсы, викторины, рефераты, открытые занятия, отчетный концерт.

**Методическое обеспечение программы**

В организации образовательного процесса используются общедидактические методы (И.Я. Лернер, М.Н. Скаткин):

* объяснительно-иллюстративный;
* репродуктивный;
* проблемный;
* частично-поисковый;
* исследовательский.

В течение первого года обучения целесообразно использовать объяснительно-иллюстративный, репродуктивный и проблемный методы обучения. В последующие годы возможно последовательное применение частично-поискового и исследовательского методов.

Данные методы конкретизируются через приемы, отражающие специфику обучения хореографии.

**Литература**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: изд. «Искусства», 1983
2. БарышниковаТ. Азбука хореографии. Санкт-Петербург, 1996.
3. Богатырев П.Г. Вопросы теории народного искусства. М., 1971.
4. Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002.
5. Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001.
6. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С-Пб., 2003.
8. Возрастная и педагогическая психология /Под ред. Петровского. – М.: Педагогика.
9. Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2002.

10.Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Пособие для практических работников ДОУ. М., 2005

11. Климов А. Основы русского народного танца. М., 2002.

12. Климов А. Особенности русского народного танца. М., 2002.

13. Климов А. Русский народный танец. М., 2002.

14. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. М., 1994.

15. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988

16. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 1989

17. Федорова Г. Танцы для развития детей. М.,2000.

18. Источники интернет ресурсов.