

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе федерального компонента государственного стандарта (основного) общего образования 2004 года, а также сборника «Программы для общеобразовательных учреждений: Коррекционно-развивающее обучение: Нач. классы» авторской программы Н.А. Цыпиной «Ритмика»

Целью курса является содействие всестороннему развитию личности школьника.

Основными задачами данного курса являются: укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, приобщение детей к музыке, обучение их воспринимать на слух, различать и понимать такие специфические средства музыкального «языка», как звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп. Дети усваивают несложные музыкальные формы, у них развивается чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуются музыкально-эстетические чувства. Эти задачи решаются через овладение обучающимися разнообразными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, прыжков, поскоков, гимнастических и танцевальных упражнений. Сюда же входят ритмические упражнения с звучащими инструментами: погремушками, дудками, барабанами и т. п.

Занятия ритмикой положительно влияют на развитие мышления детей: каждое задание нужно понять, осознать правила игры, осмыслить свое место в ней, свою роль; надо правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность; надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки.

Музыкальные произведения, кроме эмоционального воздействия, оказывают на ребенка организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму. Вялость мышечного тонуса или, наоборот, неестественная его напряженность, плохая координация, неловкость движений со временем нормализуются благодаря системе музыкально-ритмических упражнений.

Для совершенствования координации движения с музыкой необходимо добиваться точного совпадения начала движения с началом музыки, а также воспитывать понимание устремленности музыкальной фразы к завершению - к тонике - и добиваться четкого окончания движения с окончанием музыки. Дети должны уметь изменить характер движения с изменением динамических оттенков музыки, своевременно отразить в движении смену музыкальных темпов. Все это способствует преодолению характерных для детей недостатков внимания. У них развивается наблюдательность, повышается скорость реакции.

Особенностью занятий является положительный эмоциональный фон всей деятельности обучающихся, который должен быть обеспечен тщательным подбором музыкального репертуара, умелым планированием занятий, правильным отношением учителя к достижениям каждого ученика. Программа по ритмике предназначена для начальных классов, рассчитана на 34 часа в год и содержит 4 раздела: «Ритмико-гимнастические упражнения с предметами»; «Игровые упражнения под музыку»; «Танцевально-драматические композиции»; «Упражнения на ориентирование в пространстве». На каждом занятии осуществляется работа по всем 4 разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач конкретного занятия учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

2. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	1 год		2 год		3 год		4 год		Характеристика деятельности обучающихся
			аудиторные	внеаудиторные	аудиторные	внеаудиторные	аудиторные	внеаудиторные	аудиторные	внеаудиторные	
1.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения с предметами Основные движения под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4 Ходьба (бег) друг за другом по одному, врассыпную Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений. Упражнения с мячом различной величины, с обручем — в сопровождении музыки. Прыжки под музыку через скакалку.</p>	30	2	5	1	4	3	6	3	7	<p>Ходьба, бег, прыжки. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Стреловой или мягкий шаг, ходьба на пятках или на носках и т. п. Ходьба (бег) друг за другом по одному, врассыпную с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг — в соответствии с изменением звучания музыки. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений с предметами и без них. Бросание, подбрасывание, ловля, катание, передача, перекачивание и другие упражнения с мячом различной величины, с обручем.</p>
2.	Игровые										Выполнение имитационных

	<p>упражнения под музыку Использование барабана, погремушек и тому подобных двух-трех инструментов (каждого в отдельности) для передачи сильных и слабых долей</p> <p>Повторение предложенного ритмического рисунка и передача на инструменте простых песенных ритмов.</p>	36	2	4	4	8	2	6	3	7	<p>упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки</p> <p>Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен</p> <p>Совершенствование психомоторных способностей школьников: развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координирующих способностей; формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.</p>
3.	<p>Танцевально-драматические композиции Движение под четко ритмически организованную доступную музыку.</p> <p>Изменение движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки.</p> <p>Простейшие подражательные</p>	53	2	10	6	10	3	10	4	8	<p>Развитие творческих и созидательных способностей учащихся: развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширение кругозора; формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку; развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.</p>

4.	движения под музыку. Упражнения на ориентирование в пространстве Перемещения в пространстве зала в различных направлениях Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары, перестроения Перемещения в пространстве зала (под ритмичный счёт). Итого:	13	3	4	-	-	2	2		2	Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки
			33ч		34ч		34ч		34ч		

3.Содержание программы

Упражнения на ориентирование в пространстве

Упражнения на ориентирование в пространстве, являясь организующим моментом, проводятся обычно в начале урока. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, переноску предметов и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п.

В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки через обруч, палку или качающийся канат, повороты на пальцах, бег между кеглями. Упражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять стоя на обеих или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют в заключительной фазе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, так что дети постепенно осваивают их, испытывая радость от достижения успеха. Упражнения строятся на чередовании различных музыкальных сигналов. Например: громкое и тихое звучание (громкое топание и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопание или поскоки);

различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п. В таких упражнениях у детей вместе с воспитанием наблюдательности и внимания развивается быстрота реакции, совершенствуются способности дифференцировок.

В этом разделе работы полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы, а также гимнастическую скамью (широкую и узкую), шведскую стенку и др.

Детей надо приучать к организованному и бережному обращению со снарядами, добиваясь дисциплинированности при использовании названных выше предметов, предохранять детей от переутомления при возрастающей нагрузке, в случае необходимости (например, при соскоках со шведской стенки) обеспечивать страховку.

Ритмико-гимнастические упражнения с предметами

Для этого раздела работы используются детские музыкальные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны и др., а также любые другие звучащие предметы: погремушки, дудки, колокольчики, треугольники, ложки, хлопушки, самодельные коробки с горохом и т. п. (игрушечные пианино и гармошки не рекомендуются из-за их различной звуковысотной настройки). Большинство упражнений с звучащими инструментами проводится в сопровождении фортепиано или аккордеона.

Упражнения на детских звучащих инструментах развивают чувство ритма, повышают внимание, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух.

Вначале дети знакомятся с каждым инструментом и его возможностями в отдельности, учатся обращению с ним. Их упражняют в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т. п.)- Такие упражнения многократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, развиваются навык обращения с инструментами и чувство ритма. Упражнения с инструментами можно выполнять сидя на полу или на стульях, стоя, в движении, поодиночке, парами, группами, целым классом. Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых музыкальных произведений, при этом должны обнаружить понимание сильной доли такта, слабых долей, простых мелких долей.

Пониманию сильных долей способствует освоение такого, например, инструмента, как барабан. Дети учатся правильно держать палочки, мягко ударять ими по звучащей поверхности. С палочками выполняют различные упражнения: ударяют их друг о друга, об пол, о другой предмет, вслушиваясь в звучание. Барабан используют и для развития мелкой моторики путем таких упражнений, как щелчки разными пальцами, удары кончиками или косточками пальцев, свободные удары тыльной стороной ладони. Все упражнения надо учиться выполнять и правой и левой рукой.

По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамблей и оркестра. Например, воспроизведение сильных долей можно поручить тем, кто играет на барабанах, а слабые доли исполняют другие ученики на погремушках или

треугольниках. Включение инструментов, обладающих звуковысотной настройкой, например металлофонов, возможно при определенном уровне овладения знаниями и умениями на уроках музыки либо при наличии у детей специальных музыкальных способностей и навыков.

Возможны такие упражнения, когда при исполнении одного произведения каждый ученик использует несколько инструментов. Темп исполнения в таких случаях сначала должен быть замедлен, при смене инструментов возможны остановки. Постепенно дети привыкают к тому, в какой последовательности включаются в исполнение инструменты, как они расположены вокруг них на полу, какой рукой и как их надо вовремя взять. Тогда произведение может звучать в нормальном темпе. Трудности возрастают, если затем использовать инструменты в другой последовательности.

В некоторых упражнениях дети повторяют на инструменте ритмический рисунок, воспроизведенный учителем или одноклассниками, сами создают ритмические рисунки. Совместное прослушивание и передача ритма повышают внимание обучающихся и чувство ответственности перед товарищами за свое участие в общем исполнении.

В 3 и 4 классах используют сформированное у детей на уроках музыки умение читать нотные знаки. Выписанные на доске или на отдельных листах партии каждой группы инструментов будут служить опорой для участия в наиболее сложном виде деятельности — игре в оркестре и исполнении канонов.

В упражнениях со звучащими инструментами дети активно общаются к искусству, учатся выражать себя в нем, участвуют в совместном исполнении произведений. Это является мощным средством эстетического воспитания школьников и формирования способности активной творческой совместной деятельности.

Танцевально-драматические композиции

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Прежде чем дети начинают двигаться, учитель знакомит их с музыкой, в краткой беседе помогает понять содержание песни, характер произведения в целом и отдельных его частей, тем, т. е. направляет воображение детей, оживляет их эмоциональную память, однако движения им не подсказывает. В противном случае у детей вырабатываются двигательные шаблоны, они теряют возможность двигаться, как хотят. При необходимости учитель может оказать помощь в такой примерно форме: «Двигаться так, чтобы было видно, что ты маршируешь, как солдат»; или: «...что ты тренируешься на спортплощадке»; или: «...что ты играешь роль клоуна». Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к решению задачи и доставляют им особую радость. В этих упражнениях преодолевается скованность обучающихся, повышается возможность приспособлять свои действия к данным условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами.

Музыка, используемая в данном разделе работы, должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно для этого привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания; полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напевать или петь хором, сопровождая движения. Это способствует созданию радостной атмосферы на уроке. Для успешной работы

чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, например, «мятник», «деревья под ветерком», «полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх: «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы: «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

С возрастом дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. Сначала учитель делит их на две-три группы, знакомит с произведением двух-, трехчастной формы или с произведением, содержащим несколько контрастных, разнохарактерных тем, и выясняет, как они понимают характер каждой части, каждой темы. Как правило, учитель выслушивает мнение двух или трех учеников о том, как они представляют себе темы, предлагает остальным высказать свои критические замечания, следя за тем, чтобы фантазия детей содержала доступные для воплощения образы. После этого каждая группа обучающихся выполняет под музыку различные действия, раскрывающие ту или иную сценическую ситуацию (например, «Гуси и волки»). На следующем этапе можно распределить роли среди учеников. Исполнение той или иной роли заставляет ребенка вживаться в образ, управлять своим поведением, подчинять себя правилам игры, что чрезвычайно важно в воспитательном отношении. В качестве примера можно назвать инсценирование песни Л. Книппера (ел. А. Коваленкова) «Почему медведь зимой спит». Дети, выполняющие роли главных действующих лиц — медведя, лисы, дятла, и все остальные ученики, изображающие деревья в лесу, поют известную школьникам песню и своими движениями стараются передать ее содержание. Учитель объединяет усилия учеников, разбирает с ними ролевое участие каждого в отдельности и всех вместе. Так же обстоит дело и со сценическим изображением хорошо знакомых детям сказок в сопровождении подобранной учителем музыки.

Отработанные сценические музыкальные постановки можно исполнять на детских утренниках с использованием элементов костюма и реквизита.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны): несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, змейкой, по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

Игровые упражнения под музыку

Подготовка к работе по этому разделу проводится в любой части урока. Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения (не более четырех-пяти наименований за учебный год).

Народные пляски и танцы приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, создают положительные эмоции. Работа по этому разделу программы всегда вызывает радость детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских начал во взаимоотношениях, повышает культуру поведения. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные

танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, при смене и передвижке партнеров терпеливо относиться к тем ученикам, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение.

Следует добиваться, чтобы дети так овладевали движениями, что могли бы двигаться в танце свободно и непринужденно. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить термины «шаг польки», «переменный шаг галопа» и др.

В учебный план включено 1 занятие ритмики в неделю.

4. Предполагаемые результаты

Обучающиеся должны приобрести :

-навыки использования в речи терминов: «громко» — «тихо», «высоко» — «низко», характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);

-названия простых общеразвивающих упражнений (в соответствии с программой по физкультуре);

-названия простых танцевальных шагов (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп).

Обучающиеся должны научиться:

-выполнять основные движения и общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку 2/4 и 4/4;

-слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;

- повторить на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;

-выполнять простейшие подражательные движения;

-участвовать в четырех-пяти плясках.

5. Формы и виды контроля

Формы организации занятий: ролевые игры, путешествия в мир музыки и танца, конкурсы, соревнования, гимнастические этюды, пляски, хороводы, парные танцы, творческие концерты, сценические музыкальные постановки и т.д. Для динамичности, насыщенности, предотвращения утомляемости на занятиях должна происходить частая смена деятельности, должна использоваться коллективная, групповая, парная и индивидуальная форма работы.

6. Методические рекомендации

На занятиях кружка необходимо использовать различные методы обучения. Для приобретения умений и навыков - такие как словесный, наглядный, практический. Для достижения уровня усвоения – частично-поисковый, исследовательский.

Для систематизации и структурирования навыков, умений, для развития познавательной сферы -индуктивный или дедуктивный методы обучения (анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, метод аналогий) Для реализации личностно-ориентированного подхода – дифференцированный.

7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.	А.Ф.Баннова. В школу с радостью Г.С. Методическое пособие по ритмике Т.К. Барышникова Азбука хореографии С.И. Бекина и др. Музыка и движение И.В. Лифиц Ритмика: учебное пособие. М.1999	1 1 1 1
2.	Технические средства Ноутбук Интерактивная доска Принтер Документ-камера Музыкальные диски	1 1 1 1 4
3.	Оборудование, необходимое для проведения уроков ритмики: мячи и шары разных размеров и разного цвета, флажки, ленты, косынки, обручи, булавы, кегли, скакалки, гимнастические палки, погремушки, дудки, колокольчики, барабаны, металлофоны, бубны, треугольники, трещотки, ложки, хлопушки и т. п. — в количестве по 12 предметов или инструментов, т. е. для каждого ученика.	