

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Республики Бурятия

Комитет по образованию г.Улан – Удэ

МАОУ "СОШ № 46 г. Улан-Удэ"

РАССМОТРЕНО  
методическим объединением  
учителей

Руководитель МО  
*В.С.* Крюкова В.С.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР

*Л.И.* Кузнецова Л. И.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы



Приказ №85/5  
от "31" августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета  
«Ритмика»

для 8 класса общего образования  
на 2023-2024 учебный год

Составитель:  
учитель ритмики  
Шишкина Ирина Федоровна

Улан-Удэ 2023

Рабочая программа по ритмике на уровне основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

---

общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную конкретизацию требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»**

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социо-культурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

Программа обеспечивает преемственность с рабочей программой начального среднего общего образования.

### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»**

Общей целью школьного образования по ритмике является формирование разносторонне физически развитой личности. В рабочей программе для 5—9 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей хореографии и танца в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью.

**Цель программы "Ритмика"** формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих **задач:**

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);

- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально- ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений; - формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- приобщение к музыке, восприятие, различение и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского танцевального искусства, приобщения к культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями разных предметов (литературы, истории, музыки, изобразительного искусства), организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Программа предмета "Ритмика" нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных). Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования. И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей — не только способных и одаренных, но и в коррекционной работе с детьми, имеющими нарушения зрения.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца и предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации. В программу ритмики включены упражнения и движения классического, народного и балльного танцев, доступные детям 10-11 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

*Занятия включают чередование различных видов деятельности:*

- танцевальная азбука;
- танец

Ценность искусства танца -как способ познания красоты, гармонии, духовного мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы,

может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Количество часов, отведённых на изучение учебной дисциплины «Ритмика» в 8 классе составляет 34 часов (один час в неделю ).

### **Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

Программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Ритмика» на этапе основного общего образования являются:

В познавательной деятельности:

- использование наблюдений, измерений и моделирования;
- комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения;
- исследование несложных практических ситуаций.

В информационно-коммуникативной деятельности:

- умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге;
- умение составлять планы и конспекты;
- умение использовать знаковые системы (таблицы, схемы и т.п.).

В рефлексивной деятельности:

- самостоятельная организация учебной деятельности;
- владение навыками контроля и оценки своей деятельности;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- владение умениями совместной деятельности.

В результате освоения физической культуры выпускник основной школы:

*Узнает:*

- роль хореографии в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

*Научится:*

составлять движения и танцевать с учетом индивидуальных особенностей организма;

- выполнять упражнения (комбинации), хореографические действия;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и танцевальной подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений и танцев;

*Научится объяснять:*

- роль и значение танца в развитии общества и человека;

- цели и принципы современного хореографического движения, его роль и значение в современном мире
- роль и значение занятий хореографической культурой в укреплении здоровья человека, профилактика вредных привычек, ведения здорового образа жизни.

*Научится характеризовать:*

- индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- особенности обучения и самообучения двигательным действиям;
- особенности развития физических качеств на занятиях танца;

*Научится соблюдать правила:*

- личной гигиены и здорового образа жизни;
- организации и проведения самостоятельных занятий танца;
- культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и мероприятий;
- профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах;

*Научится проводить:*

- самостоятельные танцевальные занятия ;
- контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, физической работоспособностью, осанкой;

*Научится составлять:*

- индивидуальные комплексы, комбинации упражнений, композиции различной направленности.

*Научится определять:*

- уровни индивидуального физического развития и двигательной подготовленности;
- эффективность занятий танца;

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование темы</i>	<i>Количество часов</i>
<i>1</i>	Азбука классического танца	7 часов
<i>2</i>	Народный танец	9 часов
<i>3</i>	Историко-бытовой танец	12 часов
<i>4</i>	Бальный танец	6 часов

### **Содержание курса по предмету.**

#### *Модуль «Азбука классического танца». 7 часов*

Азбука классического танца (тренаж). Инструктаж по технике безопасности. Русский балет и его влияние на историко-бытовой танец. Азбука классического танца группа рондов. Партерная гимнастика. Азбука классического танца. Партерная гимнастика ОРУ со скакалкой. Партерная гимнастика ОРУ со скакалкой.

#### *Модуль «Народный танец». 9 Часов*

Народный танец. Русский танец. Русский танец. Перепляс. Русский танец  
Перепляс. Русский танец перепляс. Русский танец мужская хореография. Русский танец  
Женская хореография. Перепляс композиция. Перепляс композиция. Перепляс  
композиция

### *Модуль «Историко-бытовой танец 12 часов»*

Элементы историко-бытового танца. Шаг полонеза. Полонез. Поклоны и  
реверансы. Этикет. Полонез 1 фигура. Полонез 2 фигура. Полонез 3 фигура. Полонез 4  
фигура. Полонез композиция. Полька-галоп. Полька-галоп. Полька галоп. Полька  
галоп. «Новогодний бал»

### *Модуль «Бальный танец» 6 часов»*

Ча-ча-ча работа в паре. Ча-ча-ча работа в паре. Ча-ча-ча работа в паре. Румба  
основные движения. Румба основные движения. Урок конкурс «Магия танца»

## Тематическое планирование

Ритмика	Ритмика. 8 кл.2023-2024 Шишкина					
Раздел	Тема урока	Ко л- во час ов	Дат а про веде ния 8а	Дат а про веде ния 8б	Дат а про веде ния 8в	Дат а про веде ния 8г
Инструктаж по технике безопасности	Инструктаж по технике безопасности	1				
Историко-бытовой танец	Элементы историко-бытового танца шаг полонеза	1				
	Полонез поклоны и реверансы	1				
	Полонез фигура1	1				
	Полонез фигура2	1				
	Полонез фигура3	1				
	Полонезфигура4	1				
	Полонез композиция	1				
Азбука классического танца	Русский балет и его влияние на историко-бытовой танец урок лекция	1				
	Азбука классического танца группа рондов	1				
Историко бытовой танец	Полька- галоп	1				
	Полька-галоп	1				
	Полька-галоп	1				
	Полька-галоп	2				
	«Новогодний бал»	1				
Азбука классического танца	Партерная гимнастика	1				
	Азбука классического танца	1				
Народный танец	Народный танец Русский танец	1				
	Русский танец перепляс	1				
	Русский танец перепляс	1				
	Русский танец перепляс	1				
	Русский танец. мужская хореография	1				
	Русский танец. Женская хореография	1				
	Перепляс композиция	1				
	Перепляс композиция	1				

	Перепляс композиция	1				
Азбука классического танца	Азбука классического танца Партерная гимнастика	1				
Бальный танец	ЧА-ЧА-ЧА работа в паре	1				
	ЧА-ЧА-ЧА работа в паре	1				
	ЧА-ЧА-ЧА работа в паре	1				
	Румба	1				
	Румба	1				
	Урок конкурс «Магия танца»	1				
Азбука классического танца	Партерная гимнастика ОРУ со скакалкой.	1				



## Учебно-методические материалы

1. С.Д. Руднева, Э.М. Фиш. «Ритмика. Музыкальное движение». М.: Просвещение, 1972.
2. Г.А. Калдоницкий. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» ( учебно-методическое пособие для педагогов). М.1998.
3. Л.И. Ярмолович. «Классический танец» ( методическое пособие). ЛГХУ им. А.Я. Вагановой. М.: Россия» 1959.
4. Т.Т. Ротерс. «Музыкально-ритмическое воспитание». М.: «Просвещение».1989.
5. Т.Ткаченко. «Народный танец». М. Искусство.1954.
6. Ю.В.Новиков. «Азбука здоровья». 1991.
7. С.И..Бекина и др. «Музыка и движение». Просвещение. 1983.
8. А.Я. Ваганова. «Основы классического танца». С.-Пб, 2012 .
9. И.В. Быстренина. «Народные танцы». М.: Искусство.
10. Т.К.Васильева. «Секрет танца». С.- П. 1997.
11. О.А. Иванова. «Формула красоты». М.1990.
12. «Современный бальный танец» под ред. В.М. Стриганова и В.И. Уральской. М.: Просвещение. 1977.
13. Л. Буц. «Для вас, девочки!" ( Упражнения художественной гимнастики. Хореография.)
14. Т. Устинова. «Русские танцы». М.: 1955.
15. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2010 год.
16. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2011г.
17. Детский фитнес. М., 2006.
18. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 2006.
19. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М.,2008.
20. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 2005.
21. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 2008.
22. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
23. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.

## Перечень WEB-САЙТОВ для дополнительного образования по предмету

1. <http://www.edu.cap.ru/>
2. <http://www.1september.ru/>
3. [www.dance-city.narod.ru](http://www.dance-city.narod.ru)
4. [www.danceon.ru](http://www.danceon.ru)
5. [www.mon.gov.ru](http://www.mon.gov.ru)
6. [www.tangodance.by](http://www.tangodance.by)
7. [www.youtube.com](http://www.youtube.com)

