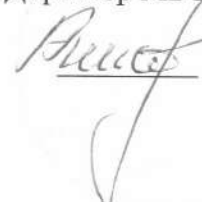


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 16 г.Владимира**

**Утверждаю»**  
Директор МБОУ СОШ №16

  
Анисов А.А.

**Программа**  
**кружка «В ритме танца»**  
**для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей**

**составитель:**  
**Степанова А.В.**

**2022г.**

## Пояснительная записка

Слово ритмика произошло от слова ритм – что означает равномерное чередование каких-нибудь элементов. Ритм можно слышать, ощущать не только в музыке, но и в окружающей нас действительности: ритм дождя, ритм падающих снежинок, последовательность времен года, смена дня и ночи, солнечных и пасмурных дней, ритм определенных действий, ритм жизни, где светлая и темная полоса сменяют друг друга.

Получается, что ритм можно уловить во всем, что нас окружает.

Занятия музыкально-ритмической деятельностью способствуют физическому развитию детей: совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом.

В основе обучения детей младшего школьного возраста положено игровое начало. Игра на уроке ритмики не является наградой или отдыхом после нелегкой работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе.

Специфика обучения связана с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Разнообразие танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

**ЦЕЛЬ:** развитие познавательного, физического, художественно-эстетического потенциала личности, формирование творческой активности, воображения, речи в процессе обучения уроков ритмики. Оздоровление детей.

### **ЗАДАЧИ:**

#### **I. Обучающие:**

- формирование представлений об окружающем мире;
- знакомство с многообразием культуры разных народов;
- научить учащихся работать с дополнительной литературой;
- расширение кругозора учащихся.

#### **II. Воспитательные:**

- воспитание эстетического вкуса (умения видеть красоту движения в танце);

- воспитание чувства коллективизма;
- воспитание нравственных качеств;
- воспитание уважения к традициям и культуре других народов.

### **III. Развивающие:**

- формирование двигательных навыков;
- развитие чувства ритма, умения слушать музыку и отражать в движении характер музыки;
- формировать общее физическое развитие учащихся;
- развивать творческое воображение ребенка, совершенствовать навыки творческого самовыражения;
- развитие связной речи младших школьников.

### **IV. Оздоровительные:**

- нормализация мышечного тонуса,
- выработка правильной осанки, коррекция плоскостопия;
- развитие чувства равновесия;
- формировать способность к снятию мышечного напряжения (релаксационные упражнения);
- учить правильному дыханию.

## **Содержание работы**

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических, музыкальных, физкультурных дисциплин.

### **Программа состоит из четырех разделов:**

1. Упражнения на ориентировку в пространстве (ходьба, бег, перестроения).
2. Ритмико-гимнастические упражнения (наклоны, движения ног и рук, повороты головы, сгибание и разгибание ног).
3. Танцевальные упражнения (бодрый, спокойный, топающий шаг, бег на полупальцах, подпрыгивание на двух ногах, движения парами).
4. Игры под музыку («Найди пару», «Я - герой любимой сказки»).

## **Основные принципы работы**

- ✓ Ориентация на потребность ребенка чувствовать и выражать свои эмоции через танец.
- ✓ Реализация потребности ребенка в движении.
- ✓ Создание и поддержание атмосферы творчества на занятиях.

## **Условия, необходимые для реализации программы**

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

- личностное общение педагога с ребенком;
- наличие оборудованного кабинета;
- широкое использование технических средств обучения (видео, аудио техника).

### **Примерный план занятия**

**1. Вводная часть.** Двигательная разминка, включающая в себя разминку в виде различных видов ходьбы, перестроений, бега в различных направлениях под музыку.

**2. Основная часть.** Состоит из упражнений на развитие музыкально-ритмических движений, на развитие эмоциональной сферы, творческих способностей, упражнения, способствующие оптимизации функции дыхания.

**3. Заключительная часть.** Включает в себя подвижную или речевую игру и обязательную релаксационную фазу. Оздоровительные мероприятия.

### **Учебно-тематическое планирование**

№ п/п	Тема урока	Количество часов
1	Инструктаж по т/б. Игра «Найди пару».	1
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	2
3	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игра «Я – герой любимой сказки».	1
4	Танцевальные упражнения.	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>6</b>

### **Методическое и техническое обеспечение занятий**

- наличие хореографического кабинета;
- музыкальный центр;
- DVD диски, USB носитель;
- специальная форма;
- гимнастические коврики.

### **Литература**

1.Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский Композитор, 1991.

2. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. - М: ВАКО, 2007.

3.Добовчук С.В. Ритмическая гимнастика: учебно-методическое пособие - М.: Издательство «Глобус», 2009.

4.Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис Пресс,1999.