

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3»

РАССМОТРЕНО
заседании ЦМО
[подпись]
«19» мая 2017г.

СОГЛАСОВАНО
на методическом совете
протокол № 10
«20» мая 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №3
Зарукина С.Д. *[подпись]*
«03» июня 2017 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Нагапетян Инга Юрьевна
педагог дополнительного образования
2 года обучения

1. Пояснительная записка

1.1. Программа «Игровой стретчинг» по предмету хореография для I – II классов образовательных учреждений составлена на основе ФГОС и в соответствии со стандартами второго поколения, примерными программами и основными положениями художественно-педагогической концепции Д. Б. Кабалевского, а также на основе примерных авторских программ:

1. Калашниковой Т. И., Конева Е. С. «Ритмика и танец» для 1-4 классов общеобразовательной школы. – Иркутск 2007;
2. Констатиновой А. И. «Игровой стретчинг». – Санкт-Петербург: «Аллегро», 1993.

1.2. Ритмика и танец - специальный предмет, музыкально-педагогическая дисциплина, которая ставит своей **целью:** приобщение младших школьников к искусству музыки, активизацию музыкального восприятия, развитие двигательных и художественно-творческих способностей детей.

Приоритетные задачи:

Музыкально-эстетическое развитие детей:

- развитие способности воспринимать и чувствовать музыку;
- развитие музыкального слуха и чувства ритма;

«развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству музыки.

2. Укрепление здоровья и физических качеств учащихся:

- совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения;
- формирование правильной осанки гибкости и пластичности суставов;
- развитие выразительности и координации движений, умения владеть своим телом;
- формирование умения ориентироваться в пространстве.

3. Развитие художественно-творческих способностей:

- развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения;
- развитие воображения, фантазии, образного мышления;
- формирование способности к импровизации;
- развитие умения анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения.

4. Формирование нравственно-коммуникативных качеств, учащихся:

- воспитание умения вести себя в группе во время движения;
- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми; воспитание аккуратности и трудолюбия.

Актуальность изучения данного курса заключается в интеграции занятий ритмического воспитания с программой по музыке (Д. Б. Кабалевского), «Игрового стретчинга», и с программой по литературному чтению.

В настоящую программу привнесён и проанализирован материал по методике игрового стретчинга, проводившейся в детских учреждениях Санкт-Петербурга в течение двух лет под наблюдением врачей детской больницы № 19 им. К. Н. Раухфуса и показавшей хорошие результаты, что позволяет придерживаться главного принципа – не навреди.

Концептуальная особенность данной программы состоит в новом решении технологии музыкально-ритмического воспитания младших школьников. Она заключается в том, что ритмическое воспитание не может быть обособленным предметом в школе, а должен изучаться в тесной связи с уроками музыки, параллельно или же с опорой на них. Основные темы, объединяющие два предмета - музыку и ритмику, не только дают возможность более эффективного и сознательного усвоения материала, поскольку происходит последовательное закрепление музыкальных знаний и понятий на практике, но и взаимно обогащают оба урока, наполняя их четким и ясным содержанием. Включая в свое содержание музыкально-ритмические упражнения, игры, элементы музыкальной грамоты и гимнастику, программа реализует целостный комплексный подход к развитию, обучению и воспитанию учащихся младших классов средствами музыкального движения.

1.3. Изменения, внесённые в программу и их обоснование.

Представленная работа основана на материале игрового стретчинга, азбуке музыкального движения, литературного чтения, игр - подобранных таким образом, чтобы содействовать решению оздоровительных и развивающих задач, что соответствует требованиям общеобразовательных учреждений.

В приложение данной программы включён сказочный и музыкальный (диск с музыкой) материал, что сэкономит время и облегчит работу педагога.

1.5. Количество учебных часов, на которое рассчитана программа.

Программа ориентирована на детей 7 – 8 – летнего возраста, учащихся 1 – 2 классов начальной школы.

Программа рассчитана на 32 часа в первый классах и 34 часа во вторых классах и предполагает проведение 1 занятия в неделю, в первых классах по 30 минут и во-вторых классах по 40 минут.

Занятие состоит из теоретической и практической части, которые чередующихся между собой.

3. Планируемый результат

Все занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных игровых ситуаций, заданий, упражнений, игр, в процессе которых ребёнок учится познавать новое путём использования метода аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), метод театрализации, где активизируется пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих и оздоровительных возможностей подсознания.

Итоговой формой контроля по окончании учебного года является проведение открытых уроков, что предполагает активное включение каждого ученика в коллективный творческий процесс подготовки к выступлению, стимулирует работу на результат.

Содержание программы и основные задачи каждого этапа обучения определяют показатели музыкального, художественно-творческого и оздоровительного развития детей:

- владение элементарными основами двигательной техники и навыками исполнительской культуры;
- знание сказочного материала;
- умение выразительно, легко и точно исполнять движения под музыку;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

Диагностика эмоциональной отзывчивости на музыку.

Дифференцированные оценки двигательной рефлексии
музыки на занятиях игрового стретчинга.

Класс _____ Группа _____ Возраст _____ Дата ____ / ____ 20__ г.

Фамилия, имя учащегося	Музыкальный фрагмент	Неумение	Адекватная	Творческие
		двигаться	психомоторная	проявления
		адекватно	реакция на	вариантов
		размеру и	музыку (в	двигательной
		характеру	соответствии с	реакции на
		музыки	критериями)	музыку
		Балл _____	Балл _____	Балл _____
		Балл _____	Балл _____	Балл _____
		Балл _____	Балл _____	Балл _____
Итого баллов:				

Таким образом, полученные результаты двигательной психомоторной отзывчивости на музыку возможно распределить по следующим уровням:

- низкий уровень – от 0 до 2 баллов;
- средний уровень – от 3 до 6 баллов;
- высокий уровень – от 7 до 9 баллов.

4. Календарно-тематический план

1-ый класс

№	Дата	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
				Теоретическая часть	Практическая часть	
1	Сентябрь	Вводное занятие.	1	Фронтальная беседа		Формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми; воспитание аккуратности и трудолюбия.
2	Сентябрь	Сказка «Цыплёнок и солнышко»	1	Анализ сказки «Цыплёнок и солнышко»	Растяжка, ходьба, бабочка, змея, бег, птица, кошка, веточка, рыбка.	Развитие познавательного интереса к искусству музыки, музыкального кругозора.
3	Октябрь	Сказка «Спать пора»	1	Анализ сказки «Спать пора»	Растяжка, ходьба, горка, змея, пчёлка, веточка, рыбка, птичка, бег, кораблик.	
4	Октябрь	Сказка «Лесовички»	1	Анализ сказки «Лесовички»	Растяжка, ходьба, книжка, змея, паук, ящерица, горка, маятник, лодка, бег.	воспитание культуры движения.
5	Октябрь	Сказка «Лесовички» продолжение	1	Анализ сказки «Лесовички»	Растяжка, бег, кошка, книжка, ходьба, змея, паук, ящерица, горка, ёлочка.	Воспитание умения вести себя в группе во время движения

6	Октябрь	Сказка «Кто поможет воробью?»	1	Анализ сказки «Кто поможет воробью?»	Растяжка, ходьба, горка, бег, змея, лягушка, птица, ящерица, орешек, пчёлка.	<p>(танцевальный этикет).</p> <p>Формирование способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.</p> <p>Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные произведения.</p> <p>Расширение кругозора учащихся.</p> <p>Развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.</p> <p>Формирование способности к импровизации.</p>
7	Ноябрь	Сказка «Кто я?»	1	Анализ сказки «Кто я?»	Растяжка, ходьба, страус, кошка, бабочка, носорог, змея, бег, рыбка, лошадка.	
8	Ноябрь	Сказка «Волшебные яблочки»	1	Анализ сказки «Волшебные яблочки»	Растяжка, ходьба, веточка, ящерица, книжка, лягушка, лисичка, кораблик, птица, павлин.	
9	Ноябрь	Сказка «Невоспитанный мышонок»	1	Анализ сказки «Невоспитанный мышонок»	Растяжка, ходьба, зайчик, змея, бег, птица, орешек, рыбка, лягушка, летучая мышь.	
10	Ноябрь	Сказка «Пусть приходит зима»	1	Анализ сказки «Пусть приходит зима»	Лошадка, птица, ящерица, пчёлка, ходьба, горка, рыбка, орешек, паук, растяжка.	
11	Декабрь	Сказка «Птица - найдёныш»	1	Анализ сказки «Птица - найдёныш»	Растяжка, ходьба, горка, змея, бег, веточка, лодочка, месяц, ёлка, летучая мышь.	
12	Декабрь	Сказка «Как у слонёнка хобот появился»	1	Анализ сказки «Как у слонёнка хобот появился»	Растяжка, горка, ходьба, рак, змея, бег, страус, кошка, веточка, ящерица.	

13	Декабрь	Сказка «Три брата»	1	Анализ сказки «Три брата»	Растяжка, Ходьба, горка, змея, бег, месяц, птица, орешек, рыбка, паук.	<p>Развитие познавательного интереса к искусству музыки, музыкального кругозора.</p> <p>Совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения.</p> <p>Воспитание умения вести себя в группе во время движения (танцевальный этикет).</p> <p>Формирование способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.</p> <p>Развитие умения анализировать и оценивать</p>
14	Декабрь	Сказка «Рябинка»	1	Анализ сказки «Рябинка»	Растяжка, веточка, зайчик, змея, бабочка, гусеница, птица, пчёлка, колечко, горка.	
15	Январь	Сказка «Королевич - змея»	1	Анализ сказки «Королевич - змея»	Растяжка, ходьба, бабочка, змея, бег, книжка, замок, колечко, лошадка, птица.	
16	Январь	Сказка «Воробей и карасик»	1	Анализ сказки «Воробей и карасик»	Растяжка, ходьба, горка, бег, рыбка, птица, лягушка, змея, веточка, месяц.	
17	Январь	Сказка «Близко и далеко»	1	Анализ сказки «Близко и далеко»	Растяжка, ходьба, кошка, бег, лошадка, змея, горка, бабочка, качели, страус.	
18	Февраль	Сказка «Калиф - аист»	1	Анализ сказки «Калиф - аист»	Растяжка, ходьба, книжка, горка, рыбка, лошадка, птица, змея, аист, лягушка.	
19	Февраль	Сказка «Калиф - аист» продолжение	1	Анализ сказки «Калиф - аист»	Растяжка, аист, лягушка, ящерица, птица, кораблик, горка, лягушонок, лошадка, бег.	

20	Февраль	Сказка «Хвастунишка»	1	Анализ сказки «Хвастунишка»	Растяжка, пчёлка, ходьба, муравей, горка, змея, лошадка, птица, рыбка, месяц.	музыкальные произведения. Расширение кругозора учащихся.
21	Февраль	Сказка «Лягушка и лошадка»	1	Анализ сказки «Лягушка и лошадка»	Растяжка, лягушка, рак, горка, лисичка, ходьба, ящерица, лошадка, аист, рыбка.	Развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.
22	Март	Сказка «Верный слуга»	1	Анализ сказки «Верный слуга»	Растяжка, ходьба, книжка, рыбка, горка, бег, лошадка, маятник, ящерица, бабочка.	Формирование способности к импровизации.
23	Март	Сказка «Чижики»	1	Анализ сказки «Чижики»	Растяжка, ходьба, горка, птица, бег, змея, книжка, замок, качели, веточка.	Развитие познавательного интереса к искусству музыки, музыкального кругозора.
24	Март	Сказка «Как медведь себя напугал»	1	Анализ сказки «Как медведь себя напугал»	Растяжка, медведь, горка, зайчик, змея, птица, лисичка, лошадка, рыбка, веточка.	Совершенствование двигательных навыков и
25	Март	Сказка «Про козла Кузьму»	1	Анализ сказки «Про козла Кузьму»	Растяжка, маятник, ходьба, колечко, орешек, бег, мостик, медведь, птица, петушок.	

26	Апрель	Сказка «Белая змея»	1	Анализ сказки «Белая змея»	Растяжка, ходьба, книжка, змея, птица, кольцо, лошадка, зайчик, рыбка, муравей.	воспитание культуры движения. Воспитание умения вести себя
27	Апрель	Сказка «Белая змея» продолжение	1	Анализ сказки «Белая змея»	Растяжка, ходьба, колечко, улитка, рыбка, муравей, лошадка, зайчик, веточка, кораблик.	в группе во время движения (танцевальный этикет).
28	Апрель	Сказка «Ёженька»	1	Анализ сказки «Ёженька»	Растяжка, ёлочка, ходьба, веточка, змея, горка, кораблик, лошадка, рыбка, бабочка.	Формирование способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.
29	Апрель	Сказка «Как море стало солёным»	1	Анализ сказки «Как море стало солёным»	Растяжка, ходьба, рак, змея, морская звезда, лошадка, рыбка, улитка, бег, маятник.	Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные произведения.
30	Май	Сказка «Гензель и Гретель»	1	Анализ сказки «Гензель и Гретель»	Растяжка, ходьба, маятник, птица, змея, бег, паук, горка, рыбка, книжка.	Расширение кругозора учащихся.
31	Май	Сказка «Гензель и Гретель» продолжение	1	Анализ сказки «Гензель и Гретель»	Растяжка, ходьба, веточка, ящерица, бег, маятник, книжка, горка, рыбка, кошка.	Развитие эмоциональной сферы, способности

32	Май	Диагностика эмоциональной отзывчивости на музыку.	1	Оценка двигательной рефлексии.	Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, иметь навык лёгкого шага с носка на пятку.	воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения. Формирование способности к импровизации.
		Итого:	32часа			

2-ой класс

№	Дата	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
				Теоретическая часть	Практическая часть	
1	Сентябрь	Вводное занятие.	1	Фронтальная беседа		Формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми; воспитание аккуратности и трудолюбия.
2	Сентябрь	Сказка «Голая лягушка»	1	Анализ сказки «Голая лягушка»	Растяжка, морская звезда, улитка, павлин, рыбка, лошадка, паук, лягушка, аист, птица.	Развитие познавательного интереса к искусству музыки, музыкального кругозора. Совершенствование
3	Сентябрь	Сказка «О трёх блинах»	1	Анализ сказки «О трёх блинах»	Растяжка, ходьба, горка, орешек, бег, змея, зайчик, лисичка, рыбка, веточка.	двигательных навыков и воспитание культуры движения. Воспитание умения вести себя в группе во время
4	Сентябрь	Сказка «Змей и королевская дочь»	1	Анализ сказки «Змей и королевская дочь»	Растяжка, кошка, ходьба, змея, горка, орешек, колечко, павлин, книжка, бег.	

5	Октябрь	Сказка «Змей и королевская дочь» продолжение	1	Анализ сказки «Змей и королевская дочь»	Растяжка, бег, колечко, горка, лошадка, змея, ходьба, летучая мышь, паук, орешек.	<p>движения (танцевальный этикет).</p> <p>Формирование способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.</p> <p>Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные произведения.</p> <p>Расширение кругозора учащихся.</p> <p>Развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.</p>
6	Октябрь	Сказка «Честное гусеничное»	1	Анализ сказки «Честное гусеничное»	Растяжка, гусеница, змея, горка, ходьба, веточка, ящерица, муравей, пчёлка, бабочка.	
7	Октябрь	Сказка «Сердобольный лесоруб»	1	Анализ сказки «Сердобольный лесоруб»	Растяжка, ходьба, ёлочка, колечко, веточка, муравей, паук, пчёлка, змея, книжка.	
8	Октябрь	Сказка «Живая вода»	1	Анализ сказки «Живая вода»	Растяжка, лошадка, ящерица, лягушка, орешек, ходьба, замок, веточка, кошка, колечко.	
9	Ноябрь	Сказка «Живая вода» продолжение	1	Анализ сказки «Живая вода»	Растяжка, ходьба, бег, ящерица, маятник, книжка, кораблик, павлин, горка, лошадка.	
10	Ноябрь	Сказка «На зелёной иголке»	1	Анализ сказки «На зелёной иголке»	Растяжка, ёлочка, ходьба, стрекоза, змея, бег, книжка, ящерица, муравей, веточка.	
11	Ноябрь	Сказка «Как зайцы волка испугали»	1	Анализ сказки «Как зайцы волка испугали»	Растяжка, ходьба, горка, месяц, бег, змея, птица, рыбка, лошадка, зайчик.	

12	Ноябрь	Сказка «Золотой волос чёрта»	1	Анализ сказки «Золотой волос чёрта»	Растяжка, ходьба, книжка, мостик, лошадка, бег, птица, лодочка, мельница, зайчик.	произведения. Формирование способности к импровизации.
13	Декабрь	Сказка «Золотой волос чёрта» продолжение	1	Анализ сказки «Золотой волос чёрта»	Растяжка, ходьба, горка, змея, лошадка, маятник, лодка, паук, летучая мышь, лягушка.	Развитие познавательного интереса к искусству музыки, музыкального кругозора.
14	Декабрь	Сказка «Ворона и канарейка»	1	Анализ сказки «Ворона и канарейка»	Растяжка, кошка, горка, орешек, птица, змея, стрекоза, паук, ходьба, качели.	Совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения.
15	Декабрь	Сказка «Просто так»	1	Анализ сказки «Просто так»	Растяжка, медвежонок, носорог, ходьба, змея, страус, маятник, зайчик, колечко, аист.	Воспитание умения вести себя в группе во время движения (танцевальный этикет).
16	Декабрь	Сказка «Пропавшая принцесса»	1	Анализ сказки «Пропавшая принцесса»	Растяжка, ходьба, рак, ящерица, лошадка, улитка, кораблик, веточка, рыбка, павлин.	Формирование способности
17	Январь	Сказка «Синичка»	1	Анализ сказки «Синичка»	Растяжка, веточка, ходьба, ёлочка, змея, горка, зайчик, кошка, птица, аист.	

18	Январь	Сказка «Три пёрышка»	1	Анализ сказки «Три пёрышка»	Растяжка, ходьба, лягушка, змея, бег, книжка, колечко, бабочка, птица, маятник.	воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.
19	Январь	Сказка «Девочка и джин»	1	Анализ сказки «Девочка и джин»	Растяжка, ходьба, муравей, змея, горка, лисичка, книжка, кораблик, павлин, кошка.	Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные произведения.
20	Январь	Сказка «Муравьи не сдаются»	1	Анализ сказки «Муравьи не сдаются»	Растяжка, муравей, ходьба, горка, паук, змея, носорог, ящерица, бег, улитка.	Расширение кругозора учащихся.
21	Февраль	Сказка «Муравьи не сдаются» продолжение	1	Анализ сказки «Муравьи не сдаются»	Растяжка, бег, пчёлка, змея, ходьба, носорог, маятник, качели, бабочка, горка.	Развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.
22	Февраль	Сказка «Королевич который ничего не боялся»	1	Анализ сказки «Королевич который ничего не боялся»	Растяжка, ходьба, горка, орешек, лошадка, змея, веточка, птица, бег, кольцо.	воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.
23	Февраль	Сказка «Как филина лечили»	1	Анализ сказки «Как филина лечили»	Растяжка, медведь, зайчик, змея, лошадка, летучая мышь, орешек, лисичка, ящерица, паук.	воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.

24	Февраль	Сказка «Кнут - музыкант»	1	Анализ сказки «Кнут - музыкант»	Растяжка, ходьба, веточка, рыбка, птица, муравей, бег, мостик, орешек, горка.	<p>Формирование способности к импровизации.</p> <p>Развитие познавательного интереса к искусству музыки, музыкального кругозора.</p> <p>Совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения.</p> <p>Воспитание умения вести себя в группе во время движения (танцевальный этикет).</p> <p>Формирование способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.</p>
25	Март	Сказка «Кнут - музыкант» продолжение	1	Анализ сказки «Кнут - музыкант»	Растяжка, ходьба, веточка, орешек, лошадка, бег, паук, змея, ёлочка, птица.	
26	Март	Сказка «Полоски тигра»	1	Анализ сказки «Полоски тигра»	Растяжка, ходьба, кошка, змея, бег, носорог, качели, горка, рыбка, лягушка.	
27	Март	Сказка «Крокодил»	1	Анализ сказки «Крокодил»	Растяжка, лошадка, бабочка, рак, кошка, пчёлка, паук, качели, ходьба, улитка.	
28	Март	Сказка «Золотая птица»	1	Анализ сказки «Золотая птица»	Растяжка, ходьба, веточка, кошка, птица, лошадка, лисичка, ящерица, горка, павлин.	
29	Апрель	Сказка «Золотая птица» продолжение	1	Анализ сказки «Золотая птица»	Растяжка, ходьба, книжка, рыбка, бег, лошадка, зайчик, лодка, горка, ящерица.	
30	Апрель	Сказка «Заяц - огородник»	1	Анализ сказки «Заяц - огородник»	Растяжка, зайчик, ходьба, змея, медведь, орешек, мостик, горка, ёлочка.	

31	Апрель	Сказка «Очки»	1	Анализ сказки «Очки»	Растяжка, лягушка, зайчик, змея, лисичка, птица, лошадка, рыбка, книжка, ходьба.	Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные произведения.
32	Апрель	Сказка «О двух колдунах»	1	Анализ сказки «О двух колдунах»	Растяжка, ходьба, змея, орешек, бег, пчёлка, горка, рыбка, птица, кораблик.	Расширение кругозора учащихся.
33	Май	Сказка «О двух колдунах» продолжение	1	Анализ сказки «О двух колдунах»	Растяжка, бег, книжка, ёлочка, горка, рыбка, рак, ходьба, кольцо, орешек.	Развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.
34	Май	Сказка «Удав, кролик и черепаха»	1	Анализ сказки «Удав, кролик и черепаха»	Растяжка, горка, птица, заяц, змея, веточка, лошадка, черепаха, ходьба, ящерица.	Формирование способности к импровизации.
35	Май	Сказка «Серая звёздочка»	1	Анализ сказки «Серая звёздочка»	Растяжка, лягушка, веточка, пчёлка, ящерица, паук, гусеница, змея, бабочка, маятник	
36	Май	Диагностика эмоциональной отзывчивости на музыку.	1	Оценка двигательной рефлексии.	Уметь правильно показать любое упражнение из партерной гимнастики	
		Итого:	36 ч			