

## **АННОТАЦИЯ ПО РИТМИКЕ**

### **1-4 класс**

Рабочая программа учебного курса «Ритмика» для 1-4 классов разработана на основе учебно-

методического пособия- Фирилева, Загрядская, Рябчиков: «Ритмика в школе: третий урок физической культуры»-2014г. И программы по хореографии для общеобразовательных школ: «Ритмика и танец» 1-8 классы, утверждена Министерством образования 2009г, соответствующей Федеральному компоненту ФГОС основного общего образования и рассчитана на 34 учебных часа в год из расчета 1ч в неделю.

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живем во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребенок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – все это приводит к недостатку двигательной активности ребенка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. В этой связи актуальной становится проблема поиска наиболее эффективных средств, способствующих сохранению и укреплению здоровья, формированию правильной осанки, и тем самым улучшению показателей индекса здоровья учащихся.

### **Цель программы**

Формирование устойчивых потребностей и стремления к здоровому образу жизни, к физическому совершенствованию, нравственному и социальному развитию, развитие творческой самостоятельности, коммуникативных навыков, положительного ядра личности: широких интересов, разумных потребностей, положительных ценностных ориентаций посредством освоения двигательной деятельности.

### **Задачи программы**

Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма. Развитие чувства ритма, координации движения, способности ориентироваться в пространстве, развитие анализаторного аппарата: зрительной, слуховой, мышечной и вестибулярной чувствительности средствами современной хореографии и фитнеса.

Реализация данных в программе задач возможна при организации целенаправленного, тщательно продуманного процесса обучения. Поэтому основными **принципами** программы

являются посильность и последовательность подачи учебного материала, ее логичность, наглядность и научность. Основным принципом можно назвать принцип «от простого к сложному», т.к. овладеть каким бы то ни было сложным движением можно только в том случае, если освоен его простой вариант.

Программа дана по годам и четвертям обучения. На каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по нескольким из следующих разделов:

1. Азбука музыкального движения.
2. Элементы классического танца.
3. Элементы народного танца.

4. Элементы историко-бытового танца.

5. Элементы бального танца.

2

6. Ритмический и современный танцы. \_\_\_