МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

КРЮКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

«Утверждаю»

Директор МБОУ Крюковской СОШ

Приказ от 31.08.2022 № 181 - ОД

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.А. Молчанова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

***по внеурочной деятельности «Ритмика»***

*(учебный предмет, курс)*

Уровень общего образования (класс) ­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­– начальное общее образование**3 класс**

*(дошкольное, начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)*

Количество часов - **32 часа**

Учитель - **Тюленева Елена Николаевна**

*(ФИО)*

Программа разработана на основе: Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «6» октября 2009 г. № 373), примерной программы «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001 г.

*(примерная программа/программы, издательство, год издания)*

Ростовская область, Куйбышевский район, х. Крюково

*2022 год*

**Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Личностные результаты:**

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

**Метапредметные результаты:**

* регулятивные:
* проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
* умение действовать по плану и планировать свою деятельность;
* воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.
* познавательные:
* умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
* рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
* соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
* самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
* передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
* передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
* повторять любой ритм, заданный учителем;
* задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
* коммуникативные:
* учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
* допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, поселения и т.д.

**Содержание курса внеурочной деятельности.**

Содержание курса направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

1. **Раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве».**

Данный раздел содержит в себе упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве. Введение. Что такое ритмика. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Выполнение движений с предметами.

1. **Раздел «Ритмико-гимнастические упражнения».**

Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков и упражнения на выработку координационных движений. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц. Поднятие рук вверх, вытягивание корпуса — стойка на полупальцах. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

1. **Раздел «Упражнения с детскими музыкальными инструментами».**

Упражнения с детскими музыкальны-инструментами помогают развить у ребенка чувство ритма и музыкальный слух. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение гаммы на детском пианино в пределах одной октавы. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

1. **Раздел «Игры под музыку».**

Игры под музыку способствуют формирование у детей музыкальных, танцевальных и творческих способностей. Музыкальные игры с предметами. Исполнение движений плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Смена ролей в импровизации. Танцевальные действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Подвижные музыкальные игры с пением, параллельно использую предметы.

1. **Раздел «Танцевальные упражнения».**

Задания этого раздела носят не только развивающий, но и познавательный характер. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения местных народных танцев.

**Формы организации занятий:** групповые занятия.

**Формы проведения занятий:** практические занятия, музыкально-игровые занятия, занятия-соревнования, открытый урок, творческий проект, мастер-класс, видео-урок, инсценировка, урок-презентация, урок-конкурс, танцевальный батл.

**Основные виды занятий:** обучающие, общеразвивающие, воспитательные, игровые, спортивные.

**Виды учебной деятельности в период обучения с применением дистанционных образовательных технологий:** просмотр видео-уроков, видео-концертов, видео-лекций, документальных фильмов про культуру, танцы и их развитие.

**Календарно-тематическое планирование.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата**  **урока** | **Тема урока** | **Количество**  **часов** |
|  |  | **Раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве».** |  |
| **1** | 05.09. | Основные танцевальные правила. Постановка корпуса. | 1 |
| **2** | 12.09. | Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. | 1 |
| **3** | 19.09. | Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два и три. | 1 |
| **4** | 26.09. | Перестроение из общего круга в кружочки по несколько человек. | 1 |
| **5** | 03.10. | Выполнение движений с предметами. | 1 |
|  |  | **Раздел «Ритмико–гимнастические упражнения».** |  |
| **6** | 10.10. | Наклоны, повороты и круговые движения головы. | 1 |
| **7** | 17.10. | Повороты туловища в сочетании с наклонами. | 1 |
| **8** | 24.10. | Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. | 1 |
| **9** | 07.11. | Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. | 1 |
| **10** | 14.11. | Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. | 1 |
| **11** | 21.11. | Упражнения на выработку осанки. | 1 |
| **12** | 28.11. | Упражнения на сложную координацию движений с предметами. | 1 |
| **13** | 05.12. | Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. | 1 |
| **14** | 12.12. | Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. | 1 |
| **15** | 19.12. | Ритмические упражнения. | 1 |
| **16** | 26.12. | Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц. | 1 |
| **17** | 16.01. | Поднятие рук вверх, вытягивание корпуса — стойка на полупальцах. | 1 |
| **18** | 23.01. | Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. | 1 |
|  |  | **Раздел «Упражнения с детскими музыкальными инструментами».** |  |
| **19** | 30.01. | Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. | 1 |
| **20** | 06.02. | Исполнение гаммы на детском пианино в пределах одной октавы. | 1 |
| **21** | 13.02. | Разучивание несложных мелодий. | 1 |
| **22** | 20.02. | Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. | 1 |
|  |  | **Раздел «Игры под музыку».** |  |
| **23** | 27.02. | Музыкальные игры с предметами. | 1 |
| **24** | 06.03. | Исполнение известных элементов движений и танца. | 1 |
| **25** | 13.03. | Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. | 1 |
| **26** | 20.03. | Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. | 1 |
| **27** | 03.04. | Шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. | 1 |
|  |  | **Раздел «Танцевальные упражнения».** |  |
| **28** | 10.04. | Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием. | 1 |
| **29** | 17.04. | Движения парами: боковой галоп, поскоки. | 1 |
| **30** | 24.04. | Изучение основных движений местных народных танцев. | 1 |
| **31** | 15.05. | Повторение пройденного материала. | 1 |
| **32** | 22.05. | Итоговый урок. | 1 |

«Рассмотрено» «Согласовано»

Протокол заседания ШМО Заместитель директора по УР

учителей начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В. Литвинова

МБОУ Крюковской СОШ

От 29.08.2022 года № 1 от 30.08.2022года

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Казьмина