

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КРЮКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

«Утверждаю»
Директор МБОУ Крюковской СОШ
Приказ от 28.08.2020 № 188 - 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 – **31 час**

Учитель - **Недурова Елена Владимировна**
(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
2020 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;
 - ✓ рассчитывать 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.

2. 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.

3. Раздел «Упражнения с детскими музыкальными инструментами».

Упражнения с детскими музыкальными 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.

4. Раздел «Игры под музыку».

Игры под музыку способствуют формированию 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 используя предметы.

5. 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».	5
1	07.09.2020	Введение. Что такое ритмика. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1
2	14.09.2020	Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.	1
3	21.09.2020	Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга.	1
4	28.09.2020	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.	1
5	05.10.2020	Выполнение движений с предметами.	1
		Раздел «Ритмико–гимнастические упражнения».	13
6	12.10.2020	Наклоны, повороты и круговые движения головы.	1
7	19.10.2020	Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.	1
8	09.11.2020	Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.	1
9	16.11.2020	Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни.	1
10	23.11.2020	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	1
11	30.11.2020	Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.	1
12	07.12.2020	Упражнения на сложную координацию движений с предметами.	1
13	14.12.2020	Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.	1
14	21.12.2020	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков.	1
15	28.12.2020	Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.	1
16	18.01.2021	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц.	1
17	25.01.2021	Поднятие рук вверх, вытягивание корпуса — стойка на полупальцах.	1
18	01.02.2021	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.	1

		Раздел «Упражнения с детскими музыкальными инструментами».	4
19	08.02.2021	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	1
20	15.02.2021	Исполнение гаммы на детском пианино в пределах одной октавы.	1
21	22.02.2021	Разучивание несложных мелодий.	1
22	01.03.2021	Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	1
		Раздел «Игры под музыку».	6
23	15.03.2021	Музыкальные игры с предметами.	1
24	29.03.2021	Исполнение движений плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца.	1
25	05.04.2021	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Смена ролей в импровизации.	1
26	12.04.2021	Танцевальные действия с воображаемыми предметами.	1
27	19.04.2021	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	1
28	26.04.2021	Подвижные музыкальные игры с пением, параллельно используя предметы.	1
		Раздел «Танцевальные упражнения».	3
29	17.05.2021	Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп.	1
30	24.05.2021	Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	1
31	31.05.2021	Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения местных народных танцев.	1

«Рассмотрено»
Протокол заседания ШМО
учителей начальных классов
МБОУ Крюковской СОШ
От 26.08.2020 года № 1
_____ Е.В.Казьмина

«Согласовано»
Заместитель директора по УР
_____ Е.А.Левченко
от 27.08.2020 года