

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

Количество часов - **34 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

2022год

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

### Личностные результаты:

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

### Метапредметные результаты:

- регулятивные:
  - ✓ умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
  - ✓ учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
  - ✓ планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
  - ✓ самовыражение ребенка в движении, танце.
- познавательные:
  - обучающиеся должны уметь:
  - ✓ понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
  - ✓ организованно строиться (быстро, точно);
  - ✓ сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
  - ✓ самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

- ✓ соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- ✓ правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».
- коммуникативные:
  - ✓ учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
  - ✓ формулировать собственное мнение и позицию;
  - ✓ договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
  - ✓ умение координировать свои усилия с усилиями других.

## **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. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий 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. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно. Отстукивание, прохлопывание простых ритмических рисунков. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (имитация отбрасывание воды с пальцев, движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

### **3. Раздел «Упражнения с детскими музыкальными инструментами».**

Упражнения с детскими музыкальными инструментами помогают развить у ребенка чувство ритма и музыкальный слух. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Простые движения с детскими музыкальными инструментами. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

#### **4. Раздел «Игры под музыку».**

Игры под музыку способствуют формированию у детей музыкальных, танцевальных и творческих способностей. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержание песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Инсценировка детских песен. Инсценировка детских стихотворений. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

#### **5. Раздел «Танцевальные упражнения».**

Задания этого раздела носят не только развивающий, но и познавательный характер. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев. Итоговое занятие. Повторение пройденного материала.

**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
		<b>Раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве».</b>	
<b>1</b>	07.09.	Что такое ритмика. Постановка корпуса.	1
<b>2</b>	14.09.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.	1
<b>3</b>	21.09.	Построение в колонну по два.	1
<b>4</b>	28.09.	Построение круга из шеренги.	1
<b>5</b>	05.10.	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами.	1
		<b>Раздел «Ритмико–гимнастические упражнения».</b>	
<b>6</b>	12.10.	Разведение рук в стороны, упражнения с лентами.	1
<b>7</b>	19.10.	Наклоны и повороты головы.	1
<b>8</b>	26.10.	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук.	1
<b>9</b>	09.11.	Повороты туловища с передачей предмета.	1
<b>10</b>	16.11.	Упражнения на выработку осанки.	1
<b>11</b>	23.11.	Смена рук.	1
<b>12</b>	30.11.	Перекрестное поднятие и опускание рук.	1
<b>13</b>	07.12.	Одновременные движения рук и ног.	1
<b>14</b>	14.12.	Смена позиций рук.	1
<b>15</b>	21.12.	Отстукивание, прохлопывание простых ритмических рисунков.	1
<b>16</b>	28.12.	Свободное падение рук.	1
<b>17</b>	11.01.	Ритмические упражнения.	1
<b>18</b>	18.01.	Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед.	1
		<b>Раздел «Упражнения с детскими музыкальными инструментами».</b>	
<b>19</b>	25.01.	Круговые движения кистью с постепенным ускорением.	1
<b>20</b>	01.02.	Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
<b>21</b>	08.02.	Простые движения с детскими музыкальными инструментами.	1
<b>22</b>	15.02.	Исполнение несложных ритмических рисунков на музыкальных инструментах.	1
		<b>Раздел «Игры под музыку».</b>	
<b>23</b>	22.02.	Передача в движениях игровых образов и содержание песен.	1

<b>24</b>	01.03.	Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа.	1
<b>25</b>	15.03.	Музыкальные игры с предметами.	1
<b>26</b>	22.03.	Инсценировка детских песен.	1
<b>27</b>	05.04.	Инсценировка детских стихотворений.	1
<b>28</b>	12.04.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
		<b>Раздел «Танцевальные упражнения».</b>	
<b>29</b>	19.04.	Виды шага.	1
<b>30</b>	26.04.	Виды бега.	1
<b>31</b>	03.05.	Поскоки.	1
<b>32</b>	10.05.	Элементы русской пляски.	1
<b>33</b>	17.05.	Движения парами.	1
<b>34</b>	24.05.	Итоговое занятие.	1



«Рассмотрено»

Протокол заседания ШМО  
учителей начальных классов  
МБОУ Крюковской СОШ

От 29.08.2022 года № 1

\_\_\_\_\_ Е.В.Казьмина

«Согласовано»

Заместитель директора по УР  
\_\_\_\_\_ Н.В. Литвинова

от 30.08.2022 года