

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

Администрация Уржумского муниципального района

МКОУ СОШ с. Буйского Уржумского района Кировской области

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по ВР

Петрова Ж. В.
от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ СОШ

Чичинова Н.А.
Приказ № 92 от «29»
августа 2023 г.

Рабочая программа по учебному курсу внеурочной деятельности «Ритмика»

1 класс

с. Буйское 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа к курсу внеурочной деятельности «Ритмика» (спортивно- оздоровительное направление) для 1 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (с изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.), основной образовательной программой школы на основе программы Мошковой Е. И. «Ритмика и бальные танцы» с использованием методического пособия Бурмистровой И., Силаевой К. «Школа танцев для юных».- М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240 с.

Программа рассчитана на 1 час в неделю, что соответствует 33 часам в год.

Цель программы:

раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

Задачи программы:

- развитие интереса и приобщение учащихся к мировой танцевальной культуре;
- развитие танцевальных, музыкальных, артистических и других творческих способностей каждого учащегося;
- формирование у учащихся внимательного отношения к собственным возможностям, к манере танцевального исполнения, к пластическому разнообразию, анализа собственной творческой деятельности;
- развитие мышечных ощущений, моторно-двигательной памяти, чувственно-образного мышления, пластической подвижности;
- привитие ребенку культуры общения между собой и окружающими и оказание помощи учащемуся в адаптации его в современных условиях жизни.

Содержание учебного курса внеурочной деятельности

№ п/п	Название раздела	Содержание	Вид деятельности	Формы организации
1.	Азбука музыкального движения.	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: 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 и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.	Проблемно-ценностное общение Игровая деятельность Художественное творчество	Этическая беседа, познавательная беседа, викторина Подвижные игры, игры с пением и речевым сопровождением. Просмотр видеофильмов Тренинг Игры – миниатюры, шуточные соревнования. Танцы-игры.
2.	Элементы ритмической гимнастики.	Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей	Проблемно-ценностное общение Игровая деятельность Художественное	Этическая беседа, познавательная беседа, викторина Подвижные игры, игры с пением и речевым сопровождением. Просмотр

	предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. Д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно	творчество	видеофильмов. Тренинг Игры – миниатюры, шуточные соревнования. Танцы-игры.
--	--	------------	--

		и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).		
3.	Элементы классического и народного танца.	Изучение основных позиций и движение классического танца. Повторение элементов танца по программе 2 класса. 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 народных танцев.	Проблемно-ценностное общение Игровая деятельность Художественное творчество	Этическая беседа, познавательная беседа, викторина Подвижные игры, игры с пением и речевым сопровождением. Просмотр видеофильмов. Тренинг Игры – миниатюры, шуточные соревнования. Танцы-игры.
4.	Танцевальные движения, танцы и игры	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого	Проблемно-ценностное общение Игровая деятельность	Этическая беседа, познавательная беседа, викторина Подвижные игры, игры с пением и речевым сопровождением.

		известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.	Художественное творчество	Просмотр видеофильмов. Тренинг Игры – миниатюры, шуточные соревнования. Танцы-игры.
--	--	--	---------------------------	--

Промежуточная аттестация проводится в форме участия в отчетном концерте.

Планируемые результаты

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 УУД

- ☐ проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- ☐ умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- ☐ воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

Познавательные УУД

- ☐ 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 УУД

- ☐ 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, села и др.

Тематическое планирование учебного курса внеурочной деятельности

№	Тема	Количество часов	Задачи в соответствии с модулем «Школьный урок» из рабочей программы воспитания	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Азбука музыкального движения	2 ч	• Установление доверительных отношений между	https://vk.com/video/playlist/-37891310_48004337?ysclid=lo31ti8yat477908921

			учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; • побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; • привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке	
--	--	--	--	--

			социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	
2	Элементы ритмической гимнастики.	11 ч		
3	Элементы классического и народного танца.	7 ч		
4	Танцевальные движения, танцы и игры	23 ч		
	ИТОГО	33 ч		

Учебно-методическое обеспечение реализации программы

1. Асмолова А.Г., Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе / А.Г. Асмолова – М: Просвещение, 2010
2. Бурмистровой И., Силаевой К. «Школа танцев для юных».- М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240 с.
3. Григорьев Д. В., Степанов П. В. / Методический конструктор: пособие для учителя. –М.: Просвещение, 2010 г.
4. Ковалёва Г.С., Логинова О.Б., Планируемые результаты начального общего образования / Г.С.Ковалёва, О.Б. Логинова.-2-е изд., - М.
5. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст]: 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М.: Вако, 2004
6. Матвеев А.П., Физическая культура 1-4 классы / А.П. Матвеев – М:

7. Турлова Л.В., Программа по дисциплине «Ритмика» / Л.В. Турлова – 1 Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-4классы. – М.: ВАКО, 2007 г.
8. Патрикеев А.Ю., Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007
9. Пензулаева Л.И., Оздоровительная гимнастика для детей 7-10 лет.Комплексы оздоровительной гимнастики.