



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПОЛЕССКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

г. Полесск ул. Шевчука, дом 10, телефон/факс: 8-401-58-3-53-65

СОГЛАСОВАНО

на заседании Педагогического совета
MAOU «Полесская СОШ»
протокол № 1 от 30.08.2019 г



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАOU «Полесская СОШ»

С.А. Головачёв

от 30.08.2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«РИТМИКА»**

1-4 класс

Полесск

2019 г

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Ритмика» для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе концепции нового учебно-методического комплекса по хореографии и ритмике.

Историко-бытовой танец. Васильева-Рождественская М.В. Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы внеурочной деятельности «Ритмика» (1 класс 2 – 4 класс) составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 года;

- Приказ Минобрнауки РФ от 06.10.2009г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с дополнениями от 26.11.2010г. № 1241, от 22.09.2011г. № 2357, 18.12.2012г. № 1060, от 29.12.2014г. №1643, от 18.05.2015г. №507, от 31.12.2015г. №1576);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

- Основная общеобразовательная программа начального общего образования МАОУ СОШ № 29.

Направление – спортивно - оздоровительное.

Посредством знакомства школьников 1- 4 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела, вырабатывают правильную осанку, развивают ловкость, пластику и координацию движения.

И если в системе дошкольного воспитания разработаны специальные программы музыкально – ритмической деятельности детей, направленной на воспитание у каждого ребёнка творческого начала, то в большинстве школ такой предмет как хореография отсутствует. Соответственно нет и образовательных программ по хореографии.

Исходя из этого, и была составлена данная программа.

Цели и задачи ритмика в 1- 4 классах:

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

- воспитание нравственно – эстетических чувств,
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному,
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников,
- укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников.

Общая характеристика учебного курса

Актуальность изучения спортивного бального танца в настоящее время очень полезна. В современной России образование в целом и спортивно-оздоровительное направление в частности служит важнейшим ресурсом социально-экономического, политического и культурного развития общества и его граждан.

Программа сочетает тренировочные упражнения. Изучение советской программы, историко-бытового танца, что способствует развитию танцевальности обучающихся.

Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями. Историко-бытовой танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения.

Программа рассчитана на 1 год обучения:

- 1) ритмика и музыкальная грамота.
- 2) советская программа.
- 3) историко-бытовой танец.

В первый раздел включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие обучающихся. На начальном этапе обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы массового танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третий разделе - элементы историко-бытового танца - включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать обучающимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

Формы организации внеурочной деятельности: кружки, дополнительное образование, спортивно – оздоровительные часы, викторины, игры по формированию привычек здорового образа жизни.

Описание места учебного курса

Программа реализуется в рамках внеурочной деятельности в соответствии с образовательным планом. Курс обучения в 1 классе составляет 33 часа (1 час в неделю) (во 2 -4 классах составляет 34 часа (1 час в неделю).

Внеурочная деятельность будет проходить в спортивном зале.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного курса

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

Ценность свободы как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

Личностные результаты:

- формирование отношений с преподавателем, в паре, с коллективом, к себе самому, к своему здоровью.
- формирование навыков общественного поведения.
- формирование ценностей системы общения (с природой, со взрослыми людьми, со сверстниками).

Метапредметные результаты:

включают следующие умения и навыки:

- формулировать при поддержке учителя новые для себя задачи в познавательной деятельности;
- планировать при поддержке учителя пути достижения целей;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, оценивать правильность решения учебной задачи;
- собирать и фиксировать информацию, выделяя главную и второстепенную, критически оценивать её достоверность (при помощи педагога);
- ставить репродуктивные вопросы (на воспроизведение материала) по изученному материалу; - определять свою роль в группе, вклад всех участников в общий результат.

Предметные результаты ритмика во 2- 4 классах включают:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);

- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

- готовность применять на практике танцевальные навыки.

Овладеть навыками:

коммуникативным, личностного саморазвития, информационно-поисковым, рефлексивным, учебно-познавательным.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Формами контроля являются:

эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебной год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения. Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Обучающиеся должны знать:

- характер музыки; - виды темпа;
- музыкальные размеры; - средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса; - характерные особенности женского и мужского танца;
- методику исполнения танцевальных комбинаций на середине зала

Обучающиеся должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа; - уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на 1/4, 1/2 круга;
- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу; - передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- выполнять танцевальные ходы и движения историко-бытового танца;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию;
- исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках.

Содержание учебного курса

1. История танца, история костюма, характер танца.

2. Советская программа: вару-вару, полечка, ола-ла, диско.

3. Историко-бытовой танец: вальс, кадрили, полонез.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Ритмика»

1 классы.

№	Темы занятий	Содержание	Количество часов
I	Раздел		14
1.	Вводное занятие:	Беседа с детьми, о технике безопасности на уроке.	1
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Правильное построение; постановка корпуса.	1
3.	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
4.	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
5.	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он состоит?	1
6.	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он состоит?	1
7.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.	Дать определение.	1
8.	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны корпуса	1
9.	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны корпуса	1
10.	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез	Дать определение каждому танцу.	1

11.	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез	Прослушать с детьми музыкальное сопровождение.	1
12.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Рассказ о фигурах.	1
13.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Научить выполнять данные фигуры.	1
14.	История хореографии	Что такое хореография?	1
II	Советская программа		7
15.	Базовые движения, терминология		1
16.	Взаимодействие в паре	Пояснить детям как нужно взаимодействовать в паре	1
17.	Вару-вару	Знакомство с танцем Вару-Вару.	1
18.	Вару-вару		1
19.	Полечка	Знакомство с танцем «Полечка».	1
20.	Ола-ла	Знакомство с танцем «Ола-ла»	1
21.	Ола-ла		1
22.	Диско		1
III	Историко-бытовой танец		10
23.	Базовые движения, терминология	Дать представления о базовых движениях танца и терминология	1
24.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг друга.	1
25.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг друга.	1
26.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
27.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
28.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1
29.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1
30.	Основные движения «Кадриль»	Обучение основным движениям «Кадрили»	1

31.	Композиции танцев программы		1
32.	Композиции танцев программы		1
33.	Композиции танцев программы		1
	Итого:		33

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Ритмика»

2-4 классы.

№	Темы занятий	Содержание	Количество часов
I	Раздел		15
1	Вводное занятие:	Беседа с детьми, о технике безопасности на уроке.	1
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Правильное построение; постановка корпуса.	1
3	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
4	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
5	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он состоит?	1
6	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он состоит?	1
7	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.	Дать определение.	1
8	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны	1

		корпуса	
9	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны корпуса	1
10	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез	Дать определение каждому танцу.	1
11	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез	Прослушать с детьми музыкальное сопровождение.	1
12	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез	Показать видео материал с данными танцами.	1
13	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Рассказ о фигурах.	1
14	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Научить выполнять данные фигуры.	1
15	История хореографии	Что такое хореография?	1
II	Советская программа		8
16	Базовые движения, терминология		1
17	Взаимодействие в паре	Пояснить детям как нужно взаимодействовать в паре	1
18	Вару-вару	Знакомство с танцем Вару-Вару.	1
19	Вару-вару		1
20	Полечка	Знакомство с танцем «Полечка».	1
21	Ола-ла	Знакомство с танцем «Ола-ла»	1
22	Ола-ла		1
23	Диско		1
III	Историко-бытовой танец		11
24.	Базовые движения, терминология	Дать представления о базовых движениях танца и терминология	1
25.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг друга.	1
26.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг	1

		друга.	
27.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
28.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
29.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1
30.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1
31.	Основные движения «Кадриль»	Обучение основным движениям «Кадрилю»	1
32.	Композиции танцев программы		1
33.	Композиции танцев программы		1
34.	Композиции танцев программы		1
	Итого:		34

7. Тематическое планирование

№ Раздел, тема 1. Вводное занятие 2. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. 3. Ритмика и музыкальная грамота 4. Ритмика и музыкальная грамота 5. Музыкальный размер. 6. Музыкальный размер. 7. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. 8. Повороты и наклоны корпуса. 9. Повороты и наклоны корпуса. 10. Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез. 11. Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез. 12. Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадриль, полонез. 13. Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка 14. Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка 15. История хореографии Советская программа 16. Базовые движения, терминология 17. Взаимодействие в паре 18. Вару-вару 19. Вару-вару 20. Полечка 21. Ола-ла 22. Ола-ла 23. Диско Историко-бытовой танец 24. Базовые движения, терминология 25. Взаимодействие в паре 26. Взаимодействие в паре 27. Основные движения «Полонез» 28. Основные движения «Полонез» 29. Основные движения «Вальс» 30. Основные движения «Вальс» 31. Основные движения «Кадриль» 32. Композиции танцев программы 33. Композиции танцев программы 34. Композиции танцев программы

