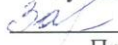


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Башкортостан
МБОУ ООШ д. Саузбаш МР Краснокамский район РБ

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО
 Зарипова В.Я.
Протокол №1
от "01"09.2023г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
 Шамсетдинова Ф.Ф.
Протокол №1
от "01"09.2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
 Талипова Ф.Н.
Приказ № 154
от "01"09.2023



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
“Ритмика”
для 2, 3 классов начального общего образования
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Нуретдинова А.Д.

Саузбаш 2023

Содержание курса

Программа по ритмике содержит 4 раздела: *«Ритмика-гимнастические упражнения»*; *«Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»*; *«Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»*;

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырем разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению), имея в виду, что в начале и конце каждого урока должны выполняться упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Ритмико-гимнастические упражнения

Ритмико-гимнастические упражнения проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, переноску предметов и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации: шаги и прыжки через обруч, палку или качающийся канат, повороты на пальцах, бег между кеглями. Упражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять, стоя на обеих ногах или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют в заключительной фазе урока, так как они способствуют успокоению, развивают способность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: громкое и тихое звучание (громкое топанье и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопанье или поскоки); различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п.

При этом у детей вместе с воспитанием наблюдательности и внимания развивается быстрота реакции. В работе полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы, а также гимнастическую скамью (широкую и узкую), шведскую стенку и др.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Используемая музыка должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания; полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напевать или петь хором, сопровождая движения. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, например, «маятник», «деревья под ветерком», «полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны): несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, «змейкой», по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

Упражнения под музыку

В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения (не более четырех-пяти наименований за учебный год).

Все упражнения предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используются базовые шаги аэробики в сочетании с работой рук. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, терпеливо обращаться при смене и передвижке партнеров к тем ученикам, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

Следует добиваться, чтобы дети овладевали способностью свободно и непринужденно двигаться в танце.

Результаты изучения учебного предмета.

Личностные результаты:

- укрепление культурной, этнической и гражданской идентичности в соответствии с духовными традициями семьи и народа;
- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
- формирование личностного смысла постижения искусства и расширение ценностной сферы в процессе общения с ритмикой и хореографией.
- развитие мотивов танцевальной - учебной деятельности и реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) творчества.
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач, в том числе танцевальных.
- развитие духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов.

Метапредметные результаты:

- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;
- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни микро - и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.);
- овладение способностью к творческой реализации собственных творческих замыслов через понимание целей, выбор способов решения проблем поискового характера;
- применение знаково-символических средств для решения коммуникативных и познавательных задач;
- готовность к логическим действиям: анализ, сравнение, синтез, обобщение, классификация по стилям и жанрам танцевального искусства;
- планирование, контроль и оценка собственных учебных действий, понимание их успешности или причин неуспешности, умение корректировать свои действия;

- участие в совместной деятельности на основе сотрудничества, поиска компромиссов, распределения функций и ролей;
- умение воспринимать окружающий мир во всем его социальном, культурном, природном и художественном разнообразии.

Предметные результаты:

- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевально - творческой деятельности;
- развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов хореографических искусств, размышлять о танце и ритмике как о способе выражения духовных переживаний человека;
- общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;
- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;
- использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;
- готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.
- участие в создании театрализованных и танцевально-пластических композиций, импровизаций, театральных спектаклей, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

Тематическое планирование

№п/п	Вид программного материала	Количество часов	
		Класс	
		1	2
1.	Развитие музыкальности	6	6
2.	Развитие двигательных качеств и умений	6	6
3.	Развитие умений ориентироваться в пространстве	4	4
4.	Развитие творческих способностей	6	6
5.	Развитие и тренировка психических процессов	6	6
6.	Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности	6	6
	Итого:	33	34

Календарно-тематическое планирование для 2 класса

№	Дата планируемая	Дата фактическая	Тема урока
1.Развитие музыкальности (6часов).			
1	07.09.22		Беседа о технике безопасности на уроке ритмики.
2	14.09.22		Гигиенические требования на занятиях ритмикой.
3	21.09.22		Развитие музыкальности.
4	28.09.22		Формирование правильной осанки (корректирующие упражнения).
5	05.10.22		Музыкальные игры « Цирковые лошадки»
6	12.10.22		Музыкальные игры « Скворечники»
2.Развитие двигательных качеств и умений (6 часов).			
7	19.10.22		Упражнения на гибкость.
8	26.10.22		Упражнения на гибкость.
9	09.11.22		Разучивание танцевальных элементов
10	16.11.22		Дыхательные упражнения.
11	23.11.22		Укрепление мышечно-связочного аппарата стопы и голени. Знакомство с лентой .
12	30.11.22		Виды шагов, прыжков.
3.Развитие умений ориентироваться в пространстве(4 часа).			
13	07.11.22		Упражнения для туловища. Танцевальные шаги
14	14.11.22		Построения и перестроения.
15	21.11.22		Развитие музыкальности и динамики.
16	28.11.22		Обобщающий урок
4.Развитие творческих способностей (6 часов).			
17	11.01.22		Развитие ритмического восприятия.
18	18.01.22		Элементы башкирских танцев.
19	25.01.22		Элементы башкирских танцев.
20	01.02.22		Образные танцы.
21	08.02.22		Раскрытие творческих способностей.
22	15.02.22		Упражнения для укрепления мышечно-связочного аппарата стопы и голени.
5.Развитие и тренировка психических процессов ((6часов).			
23	22.02.22		Ритмичные упражнения с предметом.
24	01.03.22		Упражнения на пластику.
25	15.03.22		Развитие музыкальной и двигательной памяти.
26	22.03.22		Развитие эмоциональной сферы.
27	05.04.22		Упражнения на снятие напряжения.
28	12.04.22		Пластичная гимнастика

6.Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности(6часов).			
29	19.04.22		Правила танцевального этикета.
30	26.04.22		Танцевальные этюды .
31	03.05.22		Танцевальные этюды.
32	10.05.22		Самостоятельное выполнение танцевального этюда.
33	17.05.22		Развитие четкости.
34.	24.05.22		Показательное выступление на спортивном празднике школы.

Календарно-тематический планирование для 3 класса

№ уро ка	Дата планируемая	Дата фактическая	Тема урока
1.Развитие музыкальности (6часов).			
1	07.09.2023		Беседа о технике безопасности на уроке ритмики. Что такое ритмика?.
2.	14.09.2023		Гигиенические требования на занятиях ритмикой.
3.	21.09.2023		Развитие музыкальности.
4.	28.09.2023		Упражнения на гибкость.
5.	05.10.2023		Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.
6.	12.10.2023		Музыкальные игры « Цирковые лошадки», « Скворечники»»
2.Развитие двигательных качеств и умений (6 часов).			
7.	19.10.2023		Танцевальные упражнения.
8.	26.10.2023		Танцевальные упражнения.
9.	09.11.2023		Разучивание танцевальных элементов башкирских танцев.
10	16.11.2023		Дыхательные упражнения.
11	23.11.2023		Дыхательные упражнения.
12	30.11.2023		Виды шагов, прыжков.
3.Развитие умений ориентироваться в пространстве(4 часа).			
13	07.12.2023		Упражнения для укрепление мышечно-связочного аппарата стопы и голени
14	14.12.2023		Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия
15	21.12.2023		Развитие музыкальности и динамики.
16	28.12.2023		Обобщающий урок

4.Развитие творческих способностей (6 часов).			
17	11.01.2024		Развитие ритмического восприятия.
18	18.01.2024		Упражнения на гибкость.
19	25.01.2024		Упражнения на гибкость. .
20	01.02.2024		Образные танцы.
21	08.02.2024		Раскрытие творческих способностей.
22	15.02.2024		Упражнения на равновесие. Комплекс ритмической гимнастики.
5.Развитие и тренировка психических процессов (бчасов).			
23	22.02.2024		Ритмичные упражнения с предметом.
24	29.02.2024		Упражнения на пластику.
25	07.03.2024		Развитие музыкальной и двигательной памяти.
26	14.03.2024		Развитие эмоциональной сферы.
27	21.03.2024		Упражнения на снятие напряжения.
28	04.04.2024		Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».
6.Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности (бчасов).			
29	11.04.2024		Гимнастические элементы.
30	18.04.2024		Танцевальные этюды .
31	25.04.2024		Беговые ролевые игры: «Салки», «Картошка», «Белые медведи», «Горелки», «Третий лишний».
32	02.05.2024		Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).
33	16.05.2024		Аэробика
34	23.05.2024		Показательное выступление на спортивном празднике школы

Календарно-тематический планирование для 4 класса

№ уро-ка	Дата планируемая	Дата фактическая	Тема урока
1.Развитие музыкальности (бчасов).			
1			Беседа о технике безопасности на уроке ритмики. Темп и ритм.
2			Ритмика – не просто мода!
3			Развитие музыкальности.
4			Основные танцевальные термины , степ платформы.
5			Музыкальные игры « Колокольчики».
6			Музыкальные игры « Бубенчики».
2.Развитие двигательных качеств и умений (6 часов).			

7			Танцевальные шаги и движения.
8			Танцевальные шаги и движения.
9			Разучивание танцевальных элементов башкирских танцев
10			Разучивание танцевальных элементов башкирских танцев
11			Упражнения для исправления осанки «Кошечка», «Змея».
12			Виды шагов, прыжков.
3.Развитие умений ориентироваться в пространстве(4 часа).			
13			Разучивание танцевальных элементов русских танцев
14			Построения и перестроения.
15			Развитие музыкальности и динамики.
16			Обобщающий урок
4.Развитие творческих способностей (6 часов).			
17			Развитие ритмического восприятия.
18			Повторение танцевальных элементов русских танцев
19			Повторение танцевальных элементов русских танцев
20			Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.
21			Раскрытие творческих способностей.
22			Повторение танцевальных элементов башкирских танцев
5.Развитие и тренировка психических процессов (6часов).			
23			Ритмичные упражнения с предметом.
24			Упражнения на пластику.
25			Развитие музыкальной и двигательной памяти.
26			Упражнения на дыхание, для развития правильной осанки. Пантомима.
27			Упражнения на снятие напряжения.
28			Пластичная гимнастика
6.Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности (6часов).			
29			Правила танцевального этикета.
30			Танцевальные этюды .
31			Танцевальные этюды.
32			Самостоятельное выполнение танцевальных этюдов.
33			Развитие четкости.
34			Показательное выступление на спортивном празднике школы
35			

Календарно-тематическое планирование для 1-2 класса

№	Дата планируемая	Дата фактическая	Тема урока
1.Развитие музыкальности (6часов).			
1	07.09.22		Беседа о технике безопасности на уроке ритмики.
2	14.09.22		Гигиенические требования на занятиях ритмикой.
3	21.09.22		Развитие музыкальности.
4	28.09.22		Формирование правильной осанки (корректирующие упражнения).
5	05.10.22		Музыкальные игры « Цирковые лошадки»
6	12.10.22		Музыкальные игры « Скворечники»».
2.Развитие двигательных качеств и умений (6 часов).			

7	19.10.22		Упражнения на гибкость.
8	26.10.22		Упражнения на гибкость.
9	09.11.22		Разучивание танцевальных элементов
10	16.11.22		Дыхательные упражнения.
11	23.11.22		Укрепление мышечно-связочного аппарата стопы и голени. Знакомство с лентой .
12	30.11.22		Виды шагов, прыжков.
3.Развитие умений ориентироваться в пространстве(4 часа).			
13	07.11.22		Упражнения для туловища. Танцевальные шаги
14	14.11.22		Построения и перестроения.
15	21.11.22		Развитие музыкальности и динамики.
16	28.11.22		Обобщающий урок
4.Развитие творческих способностей (6 часов).			
17	11.01.22		Развитие ритмического восприятия.
18	18.01.22		Элементы башкирских танцев.
19	25.01.22		Элементы башкирских танцев.
20	01.02.22		Образные танцы.
21	08.02.22		Раскрытие творческих способностей.
22	15.02.22 (2 кл.)		Упражнения для укрепления мышечно-связочного аппарата стопы и голени.
5.Развитие и тренировка психических процессов ((6часов).			
23	22.02.22		Ритмичные упражнения с предметом.
24	01.03.22		Упражнения на пластику.
25	15.03.22		Развитие музыкальной и двигательной памяти.
26	22.03.22		Развитие эмоциональной сферы.
27	05.04.22		Упражнения на снятие напряжения.
28	12.04.22		Пластичная гимнастика
6.Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности(6часов).			
29	19.04.22		Правила танцевального этикета.
30	26.04.22		Танцевальные этюды .
31	03.05.22		Танцевальные этюды.
32	10.05.22		Самостоятельное выполнение танцевального этюда.
33	17.05.22		Развитие четкости.
34.	24.05.22		Показательное выступление на спортивном празднике школы.

