

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением
иностранных языков № 4» г. Курчатова

РАССМОТРЕНО

На МО учителей начальных классов

Протокол № 1

От «28» 08 2023г.

Руководитель МО

_____ Е.М. Куценко

УТВЕРЖДАЮ

Директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа с углубленным
изучением иностранных языков № 4» г.

Курчатова

Приказ № 258

от «29» 08 2023г.

_____ Т.М. Буровникова

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности «Ритмика»

Уровень образования: начальное общее образование

Направление внеурочной деятельности: спортивно - оздоровительное

**Рабочая программа разработана методически объединением учителей
начальных классов**

г. Курчатов

2023 г.

1. Пояснительная записка

Характерные для детей с нарушениями ОДА особенности нервно-психического склада, своеобразие деятельности, поведения и личных реакций, эмоционально-волевая незрелость хорошо поддаются коррекции на уроках ритмики. Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные ритмике, способствуют общему разностороннему развитию школьников, преодолению отклонений в психическом и физическом развитии.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физической культуры и музыки.

Цель предмета «Ритмика» в начальной школе заключается в обеспечении общего развития младших школьников, направленного на исправление недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности, эстетическому воспитанию.

Основными **задачами** программы по ритмике являются:

1. Выявление творческих способностей в области искусства танца; приобретение навыков хореографического движения;
2. Ознакомление с жанровыми и стилистическими особенностями искусства танца;
3. Развитие чувства ритма у детей;
4. Развитие опорно-двигательного аппарата;
5. Постановка правильной осанки;
6. Совершенствование качества движений на основе восприятия музыки, добиваясь их свободы, выразительности, четкости, координации, пластичности.

В соответствии с планом внеурочной деятельности школы на 2023-2024 уч. год на изучение данной программы выделено: в 1-м классе – 34 часа, занятия проводятся 1 раз в неделю.

2. Содержание учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля

3.

1. Ритмико-гимнастические упражнения (10 ч.)

Основные движения под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4 — ходьба, бег, прыжки. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки (бодрый, задумчивый и т. п.), различной силы звучания (громко, тихо), различного темпа (умеренно, быстро, медленно) — строевым или мягким шагом, ходьбой на пятках или на носках и т. п.

Ходьба (бег) друг за другом по одному, врассыпную с использованием всего пространства помещения с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг — в соответствии с изменением звучания музыки. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений, перечисленных в программе по физкультуре, с предметами и без них. Отражение в движении различного характера, темпа, динамики музыки.

Бросание, подбрасывание, ловля, катание, передача, перекачивание и другие упражнения с мячом различной величины, с обручем — в сопровождении музыки; прыжки под музыку через скакалку.

2. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (3ч.)

Знакомство с барабаном. Использование барабана, погремушек и тому подобных двух-трех инструментов (каждого в отдельности) для передачи сильной и слабой долей в знакомых музыкальных произведениях. Повторение предложенного ритмического рисунка и передача на инструменте простых песенных ритмов.

3. Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (7ч.)

Свободное естественное движение под четко ритмически организованную доступную музыку. Изменение направления или формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки.

Определение сильных и слабых долей такта и свободная передача их притопами, хлопками и другими формами движения.

Простейшие подражательные движения под музыку. Игры под музыку. Игры типа эстафет с мячами, обручами и т. п. Игры с пением.

4. Народные пляски и современные танцевальные движения (13ч.)

Элементы танца и простые танцевальные движения: простой шаг — мягкий, перекаточный, острый, с высоким подниманием бедра, на полу пальцах, топающий на всей ступне. Бег на полу пальцах. Притопы одной ногой с хлопками. Кружение через правое плечо с поднятыми руками (для девочек — с платочками), кружение парами — на месте и на ходу. Приставной и переменный шаги вперед, в сторону, назад. Шаги галопа — прямой, боковой. Русский переменный шаг. Основной шаг местного народного танца.

Разучивание и отработка плясок, круговых танцев.

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся

Обучающиеся должны знать:

- термины: громко—тихо, высоко—низко, характер музыки: (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);
- названия простых общеразвивающих упражнений (в соответствии с программой по физкультуре);
- названия простых танцевальных шагов (мягкий, на полу пальцах, приставной, переменный, галоп).

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять основные движения и общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторить на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять простейшие подражательные движения;
- участвовать в четырех-пяти плясках.

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля

В ходе освоения программного материала, обучающиеся должны достигнуть следующих результатов:

Личностных:

Личностные результаты изучения курса характеризуют готовность обучающихся руководствоваться традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и должны отражать приобретение первоначального опыта деятельности обучающихся в части:

Гражданско-патриотического воспитания:

— первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственного воспитания:

— проявление культуры общения, уважительного отношения к людям, их взглядам, признанию их индивидуальности;

— принятие существующих в обществе нравственно-этических норм поведения и правил межличностных отношений, которые строятся на проявлении гуманизма, сопереживания, уважения и доброжелательности.

Эстетического воспитания:

– использование полученных знаний в продуктивной и преобразующей деятельности, в разных видах художественной деятельности.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

– соблюдение правил организации здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни; выполнение правил безопасного поведения в окружающей среде (в том числе информационной);

– бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудового воспитания:

– осознание ценности трудовой деятельности в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологического воспитания:

– проявление бережного отношения к природе;

– неприятие действий, приносящих вред природе.

Ценности научного познания:

– формирование первоначальных представлений о научной картине мира;

– осознание ценности познания, проявление познавательного интереса, активности, инициативности, любознательности и самостоятельности в обогащении своих знаний, в том числе с использованием различных информационных средств.

Метапредметных:

· Непосредственное участие обучающихся в разнообразной музыкально-художественной деятельности будет способствовать эффективному воспитанию эстетической культуры, которая является важнейшим фактором духовного становления личности, формирования ее идеалов, вкусов и потребностей, развивать творческие способности ребенка, его индивидуальность и дарования. В результате у учащегося должны сформироваться следующие универсальные учебные действия:

1) Личностные - умением использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни, выполнять ритмические комбинации на хорошем уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, согласовывать музыку и движение;

2) Познавательные – умение задавать и отвечать на вопросы по изучаемым темам с пониманием и по существу;

3) Коммуникативные – уметь обмениваться информацией, активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности;

4) Регулятивные - умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность

4. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы, возможности использования по этой теме ЭОР и ЦОР

	Тема/раздел	Количество академических часов, отводимых на освоение темы	Электронные (цифровые) учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Формы проведения занятий
1.	Музыка и движения (основные упражнения)	8	https://yadi.sk/i/wXzgDjegCxpсDQ	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний	Беседа Наглядный метод (личный показ педагога) Практическая работа
2.	Движения и речь	7	https://yadi.sk/i/JZXkZUFGfgWMtg	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися	Практическая работа
3.	Музыка и движения (основные упражнения в парах)	4	https://yadi.sk/i/v1-dRcU8bYZSMw	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися	Практическая работа
4.	«Музыка и танец»	6	https://yadi.sk/i/iBXO91s9nvZkng	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий	Наглядный метод (личный показ педагога) Практическая работа

5.	«Музыка и танец»	8	https://yadi.sk/i/l3xBjkcjcUDXzg	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний	Практическая работа
----	------------------	---	---	--	---------------------

**Таблица календарно-тематического планирования по
конкретному предмету, курсу**

Раздел (кол-во часов)				
№ п/п	Тема урока	Дата по плану	Дата по факту	Корректировка
1.	Что такое «Ритмика»? Основные понятия.			
2.	Разминка. Поклон.			
3.	Постановка корпуса. Основные правила.			
4-5.	Позиции рук. Позиции ног. Основные правила.			
6.	Общеразвивающие упражнения			
7.	Ритмико-гимнастические упражнения.			
8.	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.			
9.	Разминка.			
10-11.	Движения по линии танца.			
12.	Игры под музыку. Комбинация «Гуси».			
13.	Комбинация «Слоник».			
14.	Индивидуальные задания.			
15.	Ритмико-гимнастические упражнения.			
16.	Разминка.			
17.-19.	Позиции в паре. Основные правила. Танец “Диско”. Элементы танца.			
20-21.	Упражнения для улучшения гибкости.			
22-23.	Комбинация «Ладошки».			
2.-25.	Тренировочный танец «Стирка»			
26.	Ритмико-гимнастические упражнения.			
27-30.	Разминка. Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений.			
31.	Общеразвивающие упражнения.			
32.	Репетиция танца.			
33.	Урок-смотр знаний.			
	ИТОГО: 33 часа			

Аннотация к программе курса внеурочной деятельности «Ритмика»

Рабочая программа курса «Ритмика» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями:

- Федеральный закон №273 «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г.;
- 2 Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. N 1897, с изменениями, внесенными приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12. 2014 г. N 1644, 31.12. 2015г. № 1577, 11.12. 2020г. №712;
- Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением иностранных языков № 4» г. Курчатова (Приказ №131 от 28.05.2020г.)
- Положение «О рабочей программе педагога» (Приказ №87 от 30.03.2020г. с изменениями и дополнениями);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-

эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения, удовлетворяя особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР. В рамках данного курса осуществляется развитие двигательной сферы, способствующее совершенствованию произвольной регуляции деятельности, эстетическому воспитанию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца, решению псих коррекционных задач и формированию здорового образа жизни.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2). Сущность специфических для варианта 7.2 образовательных потребностей в приложении к данному коррекционному курсу раскрывается в соответствующих разделах пояснительной записки, учитывается в распределении коррекционного содержания по годам обучения и в календарно-тематическом планировании.

Общая цель занятий ритмикой заключается в развитии двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

В соответствии с обозначенными во ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ особыми образовательными потребностями определяются общие задачи коррекционного курса:

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения; развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики; развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

В 1 классе обозначенные задачи конкретизируются следующим образом:

- развитие восприятия музыки в исполнении педагога и аудиозаписи для формирования умений различать и опознавать музыку по темпу, плавности и силе звучания;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая гимнастика, танец);
- овладение различными формами движения через выполнение их под музыку (ходьба, бег, танцевальные упражнения и др.);
- развитие физической выносливости и силы мышц всего тела;

- развитие чувства ритма и выразительности движений;
- эстетическое и эмоциональное развитие обучающихся с ЗПР через приобщение к музыке и танцам;
- коррекция познавательной сферы обучающихся с ЗПР и совершенствование регуляции поведения и деятельности.

В 1 классе коррекционный курс ритмики должен включать базовые упражнения, предполагающие скоординированные движения в соответствии с темпом и ритмом музыки. Это позволит в дальнейшем обеспечивать речевое сопровождение движений, согласующихся с музыкой.