Миллеровский район п. Долотинка

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Ленинская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена и рекомендована Утверждаю.

к утверждению

педагогическим советом Директор МБОУ Ленинской СОШ

школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Головкова Т.В.

протокол № от 2020 г. приказ № от 2020г

**Рабочая программа**

**курса «Ритмика»**

**на 2020 – 2021 учебный год**

Уровень общего образования, класс

Начальное общее образование 3 класс

Количество часов: 67 ч.

Учитель: Ярушко О.А.

Учитель начальных классов

Рабочая программа курса «Ритмика» составлена на основе

ФГОС начального общего образования, программы по внеурочной деятельности «Ритмика»

**Пояснительная записка**

Программа «Ритмика» 1-4 классы составлена на основе программы «Ритмика», утвержденной Министерством образования и авторской программы по учебному предмету ритмика для учащихся Беляевой Веры Николаевны "Ритмика".

Данная программа разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего образования и с учетом межпредметных и внутрипредметных связей и логики учебного процесса.

**В неделю – 2 часа**

**В год 68 часов**

**Так как урок попадает на праздничный день (8.03), то программа (67 часов) будет выполнена за счёт уплотнения материала.**

**Цель программы:**

формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Задачи программы:**

* Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма
* Совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям
* Развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора
* Формирование общих представлений о культуре движений
* Формирование культуры общения между собой и окружающими
* Воспитание организованной, гармонически развитой личности.
* Развитие основы музыкальной культуры
* Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях.
* Развитие умениявоспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности,
* Развитие уменияопределять музыкальные жанры (танец, марш, песня), виды ритмики (танец, игра, упражнение), понимать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки; быстрый, средний, медленный темп; громкая, умеренно-громкая, тихая музыка и т.д.).
* Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки.  Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки  удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения

**Вариативность программы.**

Особенностью Программы является её вариативность. Учитель вправе - выбирать или менять предложенное Программой содержание, исходя из поставленной цели обучения и простроенных задач:

- сам решать, какое количество часов отводить на изучение каждой из запланированных тем в рамках обучения

- сам увеличивать или уменьшать количество предложенных учащимся для выполнения в течение учебного года учебных проектов (индивидуальных, коллективных или групповых)

**Формы и методы проведения занятий, использование эффективных и передовых технологий и дидактических**

**средств.**

Содержание программного материала, структура Программы и новые ФГОСы предопределяют некоторые особенности методики преподавания данного курса и кардинальные изменения в деятельности учителя, в выборе технологий и дидактических средств.

**Формы** организации внеурочных занятий**:** презентации, индивидуальная, групповая, коллективная деятельность.

В процессе обучения используются следующие **методы** организации внеурочной деятельности:

* ознакомление - создание общего предварительного представления, об элементе, которое лежит в основе сознательного освоения любого двигательного дей­ствия. В результате первичных сведений о новом элементе (форме, амплитуде, направле­нии приложения усилия, позиции) и двигательного навыка, накопленного в памяти обучающегося, устанавливаются общие связи, обеспечивающие построение исходной программы пред­стоящих двигательных действий.
* разучивание, закрепление навыка - непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совмест­ной работы учителя и обучающегося уточняются представления о динамике движение, осуществ­ляется закрепление двигательного навыка, осуществляется связь с предыдущими изучен­ными движениями.
* совершенствование техники - на данном этапе осуществляется твер­дое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре.

Применение таких методов, технологий и дидактических средств опирается на инициативность, самостоятельность, активность учащихся в ходе занятия ритмикой. При этом задача учителя сводится к тому, чтобы создать условия для их инициативы. Чтобы ребенок был инициативен, учитель должен отказаться от роли «носителя информации» и роли арбитра.

**При таком обучении учитель выступает как помощник, сопровождающий собственный поиск учащихся.**

На разных этапах занятия учитель выступает в различных ролевых позициях:

-фасилитатор - консультант. Побуждает к самостоятельному поиску задач и их решений. Владеет способами задавать вопросы. При этом создает атмосферу безопасного выражения учениками своего мнения.

-координатор. Помогает отслеживать движение поиска, связывая или противопоставляя отдельные высказывания, а также выполняет отдельные функции, например, очередность высказывания.

Все выше названные **позиции учитель** может выстраивать при условии владения им соответствующими средствами (и только тогда он сможет научить этому учащихся):

**-эмоциональные позиции** (позиции непонимающего, сомневающегося, внимательного слушателя);

**-игровые позиции** (герой - вдохновитель, заказчик, спорщик);

**-рефлексивные позиции** (Я-дерево, я - птичка, я - камень, я облако, я - взрослый и т. д.)

**Планируемые результаты внеурочного курса (Ритмика)**

Привычка оценивать урок с точки зрения задач определённого этапа развития учащихся, а не только нужд сегодняшнего дня, крайне важна для успеха всего процесса обучения и воспитания.

**Личностные результаты**

* в положительном отношении обучающихся к занятиям музыкально – двигательной деятельностью,
* накоплении необходимых знаний,
* умении использовать ценности танцевальной культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей,
* достижении личностно значимых результатов в музыкальном физическом совершенстве.
* раскрытие и реализация своих творческих способностей

**Метапредметные результаты**:

* творческая дисциплина;
* саморегуляция (самоконтроль);
* общее развитие различных частей тела;
* развитие двигательной памяти;
* моторика;
* координация;
* пластика движения;

умение применять полученные знания, умения, навыки в практической деятельности для решения конкретных задач

**Предметные результаты**:

* терминология;
* ритмико-гимнастические, общеразвивающие упражнения;
* тренировка суставно-мышечного аппарата;
* азбука танцевальных движений;
* танцевальные композиции.

Оценка знаний, умений и навыков обучающихся проводится в процессе занятий, контрольных срезов, творческих отчётов. При этом обращается внимание не только на параметры для определения качества обучения, но и на: сообразительность, активность, дисциплинированность, точное выполнение заданий. Особого внимания при оценке должны заслуживать систематичность и регулярность занятий, а также интерес, старание и прилежание, проявляемые при этом. Оценивая достижения учеников в большей мере надо ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их способностей.

**Содержание внеурочного курса «Ритмика» 3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание курса** | **Основные виды учебной деятельности** | **Формы работы внеурочной деятельности** |
| Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Коллективная |
| Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Коллективная  Индивидуальная |
| Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. | Развить музыкальный слух. | Индивидуальная |
| Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и  наклоны корпуса. | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Групповая |
| Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Коллективная |
| Понятие о рабочей и опорной ноге. | Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу. | Индивидуальная |
| Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. | Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы. | Коллективная |
| Ритмическая схема. Ритмическая игра. | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Игровая |
| Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима. | Обучить основным танцевальным точкам в зале. | Игровая |
| Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения. | изучение нового, занятие – упражнение, занятие – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие, контрольное занятие. | Коллективная |
| Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика. |  | Коллективная |
| Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия. | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Коллективная |
| Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.  Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие  Научить маршировать танцевально, попадая в такт музыки, темы марша. | Коллективная |
| Танцевальный элемент «Марш». | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Коллективная |
| Ритмические упражнения «Притопы», «Припляс». | Разучить простейшие ритмические упражнения. | Групповая |
| Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре. | Познакомить с основными фигурами в танцах и попробовать исполнить их в паре. | Групповая |
| Русский народный танец «Полька». | Умение ставить ногу на каблук и на носок. | Коллективная |
| Русский народный танец «Каблучок», «Ковырялочка», «Гарможка». | Познакомить с самыми простыми русскими народными танцами. | Коллективная |
| Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. | Развить пластичность и мягкость движений под музыку. | Коллективная |
| Бальный танец «Вальс». | изучение нового, занятие  – упражнение, занятие  – закрепление знаний и навыков, повторно – обобщающее занятие | Коллективная  Парная |
| Аэробика.  Упражнения на расслабление мышц. | Разучить простейшие ритмические упражнения. | Коллективная  Индивидуальная |

**Тематический план курса «Ритмика» 3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **К-во часов** | **Тема** |
|
| 1-2 | 2 | Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев. |
| 3-4 | 2 | Понятие «ритмика» Основные движения понятия. |
| 5-6 | 2 | Ходьба с координацией рук и ног. |
| 7-8 | 2 | Ходьба с координацией рук и ног. |
| 9-10 | 2 | Движения на развитие координации |
| 11-12 | 2 | Упражнения для развития тела |
| 13-15 | 3 | Бег и подскоки |
| 16-18 | 3 | Бег и подскоки |
| 19 | 1 | Перестроения для танцев  1.Линии. |
| 20 | 1 | Перестроения для танцев  2.Хоровод. |
| 21-22 | 2 | Перестроения для танцев  3.Шахматы. |
| 23-24 | 2 | Перестроения для танцев  4.Змейка. |
| 25-26 | 2 | Перестроения для танцев  5.Круг. |
| 27-28 | 2 | Позиции рук основные правила. |
| 29-30 | 2 | Позиции ног.  Основные правила. |
| 31-32 | 2 | Позиции в паре.  Основные правила. |
| 33 | 1 | «Я -герой сказки». Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). |
| 34-35 | 2 | Упражнения для развития тела |
| 36-37 | 2 | Общеразвивающие упражнения  Ход лицом и спиной |
| 38-39 | 2 | Общеразвивающие упражнения  Выпады |
| 40-41 | 2 | Элементы народной хореографии  Ковырялочка |
| 42-43 | 2 | «Я -герой сказки». Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). |
| 44-45 | 2 | Упражнения для развития тела |
| 46-47 | 2 | Прослушивание музыкальных произведений |
| 48-49 | 2 | Конкурс инсценировки песни |
| 50-51 | 2 | Импровизация под песню |
| 52 | 1 | Танцы разных народов |
| 53 | 1 | Танцы разных народов |
| 54-55 | 2 | Прослушивание музыкальных произведений |
| 56-57 | 2 | История образования вальса |
| 58-59 | 2 | История образования вальса. |
| 60-61 | 2 | Прослушивание музыкальных произведений |
| 62  67 | 6 | Урок-смотр знаний  Прослушивание музыкальных произведений |

**Календарно- тематическое планирование курса «Ритмика» 3 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата** | | **К-во часов** | **Тема** | **Виды деятельности** | **Музыкальный материал** |
| **П** | **ф** |
| **1 четверть (16ч)** | | | | | | |
| 1-2 | 2.09  7.09 |  | 2 | Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев. | Следим за осанкой. Разучиваем игру. | Разминка. Игра-миниатюра «Качели |
| 3-4 | 9.09  14.09 |  | 2 | Понятие «ритмика» Основные движения понятия. | Следим за осанкой. Разучиваем разминку и 19.игру. | Разминка. Игра-миниатюра «Осень».  Танец «Осень». |
| 5-6 | 16.09  21.09 |  | 2 | Ходьба с координацией рук и ног. | Разучиваем движения | Разминка.Танец- «Осень». |
| 7-8 | 23.09  28.09 |  | 2 | Ходьба с координацией рук и ног. | Разучиваем движения | Разминка. Танец- «Осень». |
| 9- 10 | 30.09  5.10 |  | 2 | Движения на развитие координации | Разучиваем движения | Разминка.Танец – «Осень». Танец с зонтиками. |
| 11-12 | 7.10  12.10 |  | 2 | Упражнения для развития тела | Учимся правильно выполнять упражнения | Разминка. Танец – «Осень». Танец с зонтиками. |
| 13-14 | 14.10  19.10 |  | 2 | Бег и подскоки | Учимся правильно выполнять упражнения | Разминка. Танец с листьями.  Игра-миниатюра- «Любопытная Варвара» |
| 15-16 | 21.10  26.10 |  | 2 | Бег и подскоки | Учимся красиво делать бег и подскоки | Разминка Игра-миниатюра «Любопытная Варвара»  Танец с листьями |
| **2 четверть (15ч)** | | | | | | |
| 17 | 9.11 |  | 1 | Перестроения для танцев  1.Линии. | Учимся перестраиваться | Разминка.Танец снежинок.  Игра-миниатюра- «Любопытная Варвара». |
| 18 | 11.11 |  | 1 | Перестроения для танцев  2.Хоровод. | Учимся перестраиваться | Разминка.Танец снежинок.  Игра-миниатюра «Любопытная Варвара». |
| 19-20 | 16.11  18.11 |  | 2 | Перестроения для танцев  3.Шахматы. | Учимся перестраиваться | Разминка  Танец – «Новогодняя сказка» |
| 21-22 | 23.11  25.11 |  | 2 | Перестроения для танцев  4.Змейка. | Учимся перестраиваться | Разминка  Танец – «Новогодняя сказка» |
| 23-24 | 30.11  2.12 |  | 2 | Перестроения для танцев  5.Круг. | Учимся перестраиваться | Разминка  Танец – «Новогодняя сказка» |
| 25-26 | 7.12  9.12 |  | 2 | Позиции рук основные правила. | Знакомство с позициями | Разминка.Танец «Музыка зимы».  Игра-миниатюра- «Кораблик». |
| 27-28 | 14.12  16.12 |  | 2 | Позиции ног.  Основные правила. | Знакомство с позициями | Разминка.Танец «Музыка зимы».  Игра-миниатюра- «Кораблик». |
| 29-31 | 21.12  23.12  28.12 |  | 3 | Позиции в паре.  Основные правила. | Знакомство с позициями | Разминка.Танец с цветами.  Игра-миниатюра- «Шарик».  Повторить игру- «Кораблик». |
| **3 четверть (21ч)** | | | | | | |
| 32 | 11.01 |  | 1 | «Я -герой сказки». Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). | Дети имитируют под музыку | Разминка.Танец с цветами.  Игра-миниатюра- «Шарик»  Повторить игру-Кораблик». |
| 33-34 | 13.01  18.01 |  | 2 | Упражнения для развития тела | Разучиваем упражнения | Разминка. «Танец с пятёрками». |
| 35-36 | 20.01  25.01 |  | 2 | Общеразвивающие упражнения  Ход лицом и спиной | Разучиваем упражнения | Разминка. «Танец с пятёрками».  Игра-миниатюра «Качели». |
| 37-38 | 27.01  1.02 |  | 2 | Общеразвивающие упражнения  Выпады | Разучиваем упражнения | Разминка.«Танец с пятёрками».  Игра-миниатюра «Качели». |
| 39-40 | 3.02  8.02 |  | 2 | Элементы народной хореографии  Ковырялочка | Разучиваем элемент | Разминка.Танец «Волшебная страна».  Игра миниатюра «Качели» |
| 41-42 | 10.02  15.02 |  | 2 | «Я -герой сказки». Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). | Дети имитируют под музыку | Разминка.Танец «Волшебная страна».  Игра миниатюра «Ветер»  Повторить игру Качели». |
| 43-44 | 17.02  22.02 |  | 2 | Упражнения для развития тела | Разучиваем упражнения | Разминка.Танец «Весёлый тренаж».  Игра-миниатюра «Жаворонок».  Повторить игру «Ветер». |
| 45-46 | 24.02  1.03 |  | 2 | Прослушивание музыкальных произведений | Слушаем произведения | Разминка.Танец «Весёлый тренаж» |
| 47-48 | 3.03  10.03 |  | 2 | Конкурс инсценировки песни | Инсценируется детская песня | Разминка. Танец «Весёлый тренаж».  Игра-миниатюра «Жаворонок».  Повторить игру «Ветер». |
| 49-50 | 15.03  17.03 |  | 2 | Импровизация под песню | Дети импровизируют под любую детскую песню | Разминка.Танец «Весёлый тренаж».  Игра-миниатюра «Ветер и зайка»  Повторить игру- «Жаворонок». |
| 51-52 | 22.03  24.03 |  | 2 | Танцы разных народов | Беседа | Разминка. «Парный танец»  Игра-миниатюра «Хлопай». |
| **4 четверть (15ч)** | | | | | | |
| 53 | 5.04 |  | 1 | Танцы разных народов | Беседа | Разминка. «Парный танец»  Игра-миниатюра «Хлопай» |
| 54-55 | 7.04  12.04 |  | 2 | Прослушивание музыкальных произведений | Слушаем музыкальные произведения | Разминка «Парный танец»  Игра-миниатюра «Хлопай». |
| 56-57 | 14.04  19.04 |  | 2 | История образования вальса | Беседа | Разминка «Вальс». |
| 58-59 | 21.04  26.04 |  | 2 | История образования вальса. | Беседа  Опрос по одному | Разминка «Вальс».  Повторить любую игру. |
| 60-61 | 28.04  5.05 |  | 2 | Прослушивание музыкальных произведений | Слушаем музыкальные произведения | Разминка «Вальс»  Повторить любую игру. |
| 62-67 | 12.05  17.05  19.05  24.05  26.05  31.05 |  | 6 | Урок-смотр знаний  Прослушивание музыкальных произведений | Устраивается опрос | Разминка «Вальс» |