

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

к основной образовательной программе  
начального общего образования,  
утвержденной приказом директора  
Приказ № 162- ОД от 30.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«РИТМИКА»  
1-4 КЛАСС**

**пгт. Уральский, 2023 год**

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «РИТМИКА»

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы «Ритмика» достигаются в процессе единства учебной и воспитательной деятельности, обеспечивающей позитивную динамику развития личности младшего школьника, ориентированную на процессы самопознания, саморазвития и самовоспитания, в том числе в части:

### **Гражданско-патриотического воспитания:**

- становление ценностного отношения к своей Родине - России; понимание особой роли многонациональной России в современном мире;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности, принадлежности к российскому народу, к своей национальной общности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края; проявление интереса к истории и многонациональной культуре своей страны, уважения к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, осознание прав и ответственности человека как члена общества.

### **Духовно-нравственного воспитания:**

- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игр и исполнения танцев;
- проявление культуры общения, уважительного отношения к людям, их взглядам, признанию их индивидуальности;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
- применение правил совместной деятельности, проявление способности договариваться, неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

### **Эстетического воспитания:**

- понимание особой роли России в развитии общемировой художественной культуры, проявление уважительного отношения, восприимчивости и интереса к разным видам танцевального искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.

### **Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игр, танцевальных упражнений;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
- приобретение опыта эмоционального отношения к среде обитания, 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:**

- готовность соблюдать правила безопасности во время танцевальных занятий, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, одежды.

### **Ценности научного познания:**

• повышение компетентности в организации танцевальных занятий, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения в начальной школе у обучающегося формируются следующие универсальные учебные действия:

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи деятельности, поиска средств её осуществления во время организации игр и танцев;
- умение проявлять инициативу и самостоятельность в обучении, умение находить информацию об истории танца и костюмах в научно-познавательной литературе и с помощью ИКТ источников, оформлять её в виде сообщения;
- ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в ритмике;
- выявлять признаки положительного влияния занятий ритмикой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- моделировать правила безопасного поведения при играх и танцах;
- формировать умение понимать причины успеха / неуспеха деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
- использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой, танцевальной деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
- строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при организации игр и танцев;
- проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;
- продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при организации игр и танцев;
- конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с правилами и условиями игр и танцев; определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы;
- оценивать влияние ритмики на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний);
- контролировать состояние организма при играх и танцах;
- предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;
- проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности;

- осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

**Совместная деятельность:**

- планировать, сотрудничая с взрослыми (учитель, родитель) и сверстниками, общие дела, распределять функции участников и определять способы их взаимодействия;
- уважать позицию партнёра, предотвращать конфликтную ситуацию при сотрудничестве, стараясь найти варианты её разрешения ради общего дела;
- участвовать в творческой деятельности (разучивать танцы и игры).

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- слушать и сравнивать музыкальные произведения, выделять акценты, определять ритмический рисунок, анализировать произведения;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«РИТМИКА» 1-4 КЛАСС**

№ п/п	Тема занятия	Количество академических часов	Вид деятельности	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	<b>Вводное занятие.</b> Инструктаж. Знакомство с целями, задачами и содержанием	1	Инструктаж учащихся по правилам безопасности при выполнении танцевальных движений и играх	Беседа	
2	Урок-игра «Давайте познакомимся». Танцевальная игра «Один плюс все!»	1	Знакомство с правилами игры	Игра	
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп)	1	Определение действий таких как: хлопки, выстукивания, притопы, их виды	Ритмичное исполнение различных мелодий	
4	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	1	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.	Беседа, упражнения под музыку	
5	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	1	Развить музыкальный слух	Игра	
6	Упражнения на ориентировку. Игра на внимание «Быстро по местам!»	1	Строиться в круг, колонну, шеренгу	Игра	
7	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Повтори!»	1	Общеразвивающие упражнения, наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами, руками	Упражнения под музыку, игра	

8	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Потолок - пол»	1	Общеразвивающие упражнения, наклоны и повороты туловища вправо, влево	Упражнения под музыку, игра	
9	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Танцевальный паровоз!»	1	Общеразвивающие упражнения, сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь.	Упражнения под музыку, игра	
10	Игры под музыку. Танцевальные упражнения: повороты, хлопки, подскоки	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными и движениями, отработка поворотов, подскоков	Упражнения под музыку, игра	
11	Игры на внимание. Танцевальная зарядка	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными и движениями	Игра, зарядка	
12	Танцевальная игра «Один плюс все!». Танцевальный этюд «Пяточка - носочек»	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными и движениями, отработка элементов танцевального этюда	Упражнения под музыку, игра	
13	Перестроения. «Змейка»	1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	Упражнения под музыку	
14	«Хоровод». Перекаты	1	Показ	Беседа,	

	стопы		видеоролика с выступлениям и русских народных коллективов. Объяснение отличий хоровода от других видов русского танца.	Упражнения под музыку	
15	Перестроения, «Шахматы»	1	Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке	Упражнения под музыку	
16	Движения на развитие координации	1	Значение общеразвивающих упражнений в танцевальном искусстве	Упражнения на развитие координации	
17	Ходьба с координацией рук и ног	1	Значение общеразвивающих упражнений в танцевальном искусстве	Упражнения по кругу в продвижении с использованием рук	
18	Бег и подскоки	1	Объяснение педагогом правильного исполнения бега и подскоков	Упражнения под музыку	
19	Упражнения на развитие тела под музыку	1	Исполнение и разучивание танцевальных шагов. Упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений	Упражнения под музыку	
20	Красота движений	1	Понятие о характере	Беседа, упражнения	

			музыки и его разнообразие	под музыку	
21	Элементы гимнастики: пружинные движения ногами	1	Общеразвивающие упражнения, знакомство с гимнастическими движениями	Упражнения под музыку	
22	Упражнения для развития позвоночника	1	Значение упражнений для развития позвоночника.	Беседа, упражнения под музыку	
23	Закрепление изученных упражнений	1	Составление учебных комбинаций с использованием изученных движений.	Работа в группах.	
24	Упражнения на развитие координации. Танец «Стирка»	1	Постановка тренировочного танца, на развитие координации.	Разучивание танца «Стирка»	
25	«Я – герой сказки». Любимый персонаж (имитация под музыку)	1	Объяснение педагогом понятия имитация, подражание, пантомима. Инсценирование героев сказок и героев мультфильмов.	Самостоятельная работа	
26	Элементы народной хореографии: «ковырялочка», «елочка»	1	Показ видеоролика с исполнением народного танца. Объяснение и показ педагогом правильного исполнения простейшего элемента народного танца – ковырялочки.	Исполнение вместе с педагогом «ковырялочки»	
27	Музыкально-ритмические игры: «Коршун и	1	Знакомство с правилами	Игра на развитие	



	курица»		музыкально – ритмической игры «Коршун и курицы», направленную на развитие внимания и ловкости.	ловкости и внимания	
28	Музыкально □ ритмическая игра: «Магазин игрушек»	1	Знакомство с правилами игры «Магазин игрушек» направленную на развитие артистизма и снятия «зажатости»	Игра с изображением живых игрушек	
29	Музыкально □ ритмическая игра: «Море волнуется раз...»	1	Знакомство с правилами музыкально – ритмической игры.	Игра в сопровождении музыки	
30	Многообразность и необычность движений. Игра «Волк и Заяц»	1	Понятие о координации	Игра	
31	Ритм – игра	1	Развитие чувства ритма	Музыкальная игра	
32	Аэробика	1	Рассказ о направлениях спорта связанных с хореографией.	Беседа, повтор упражнений вслед за педагогом под ритмичную музыку	
33	Игра «выдуманный зверь»	1	Индивидуальная и групповая работа по подражанию различным предметам и существам в соответствии с характером и темпом музыки	Упражнения в актерской выразительности	
34	Простейшие фигуры в танцах	1	Познакомить с основными фигурами в танцах и попробовать	Разучивание танца в паре	

			исполнить их в паре.		
35	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы	1	Познакомить с танцами народов РФ.	Беседа	
36	Закрепление изученных упражнений. Игра «Я – учитель»	1	Каждый ученик выступает в роли педагога и показывает остальным упражнения на определенную группу мышц, остальные повторяют.	Игра, упражнения под музыку	
37	Подведение итогов	1	Исполнение танцевальных этюдов и упражнений разученных в течении года	Самостоятельная работа	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО КУРСУ - 37 часов</b>					