

Приложение к ООП НОО

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ «СОШ № 12»
№ 477/ОД от 30.08.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета (курса) **Внеурочной деятельности «Ритмика»**

для обучающихся **4 классов**

уровень образования **начальное общее образование**

Разработала:

Жилкина Е. Г.

Усолье-Сибирское

2024г

ПАСПОРТ

Программы _____ внеурочной деятельности «Ритмика» _____
(элективный курс, факультативный курс, курс внеурочной деятельности)

Наименование программы	Ритмика
Фамилия, имя, отчество разработчика, должность	Жилкина Е. Г., учитель физической культуры <u>І КК</u>
Для каких классов или групп предназначена разработка	4 классы
Основание для разработки программы	Рабочая программа курса «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе авторской программы «Ритмика» ШЭС, протокол №178 от 28.08.2015
Цель программы	укрепление физического здоровья учащихся через танцевальную культуру и гимнастические комплексы.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none">1. Развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни.2. Совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения.3. Формирование правильной осанки гибкости и пластичности суставов.4. Развитие выразительности и координации движения, умения владеть своим телом, силы, гибкости.5. Формирование умения ориентироваться в пространстве.6. Развитие способности воспринимать и чувствовать музыку.7. Развитие музыкального слуха и чувства ритма.8. Развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству музыки.9. Развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.10. Развитие воображения, фантазии, образного мышления.

--	--

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе авторской программы «Ритмика» ШЭС, протокол №178 от 28.08.2015

Программа курса реализуется в рамках внеурочной деятельности в соответствии с образовательным планом.

Актуальность данной программы заключается, прежде всего, в том, что в «век гиподинамии», ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. А также она является неотъемлемым компонентом **здоровье сберегающих технологий**, которые являются одним из главных направлений деятельности образовательных учреждений в современной системе образования.

Новизной курса является интеграция ритмики с музыкой и гимнастикой (раздел программы «Гимнастические комплексы»), что способствует укреплению и сохранению физического здоровья обучающихся.

Методологическое положение: программа курса «Ритмика» предназначена для учащихся 2,3,4 классов. Занятие проводится один раз в неделю, а за год - 34 часа.

Каждое занятие ритмики включает в себя следующие виды деятельности:

- 1) Разминка по кругу - ходьба, прыжки, бег;
- 2) ритмическая гимнастика;
- 3) элементы музыкальной грамоты;
- 4) освоение различных танцевальных движений (пластических канонов, гимнастических комплексов, танцевальных этюдов и танцев);
- 5) музыкальные игры или образные упражнения.

В основе ритмики лежит музыка, ее восприятие и эмоциональный отклик. Поэтому основным принципом ритмики является закон от музыки – к движению. Движения используются как средство более глубокого проникновения и понимания музыкального искусства.

В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, творческие способности, зрительная память. Учащиеся усваивают музыкально-танцевальную природу искусства, у них развивается творческая инициатива, умение передавать характер музыки и содержание образа движения.

Основой для совершенствования движений и воспитания у детей, необходимых музыкально-двигательных навыков является непосредственное воздействие музыки: оно повышает эмоциональный тонус, движения детей становятся активнее, координирование.

Системность, постепенность и последовательность – основные педагогические принципы занятий ритмики. Система упражнений выстраивается по принципу «от простого к сложному».

Цель: укрепление физического здоровья учащихся через танцевальную культуру и гимнастические комплексы.

Задачи:

1. Развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни.
2. Совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения.
3. Формирование правильной осанки гибкости и пластичности суставов.
4. Развитие выразительности и координации движения, умения владеть своим телом.
5. Формирование умения ориентироваться в пространстве.
6. Развитие способности воспринимать и чувствовать музыку.
7. Развитие музыкального слуха и чувства ритма.
8. Развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству музыки.
9. Развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения.
10. Развитие воображения, фантазии, образного мышления.
11. Формирование способности к импровизации и сочинению музыкально-двигательных образов и танцевальных комбинаций.

Учебно-тематическое планирование по ритмике 4 класс

№	Раздел программы , тема	Количество часов
Основы музыкальной грамоты	Основы музыкальной грамоты	
	1. Выразительные средства музыки: темп, динамика, ритм.	2
	2. Форма в музыке и танце (строение музыкального произведения и композиция танца).	2
	3. Образное движение, выразительные средства танца (мимика, жесты, пластика).	2
Гимнастические комплексы	1.Пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения.	3
	2. Гимнастические комплексы с предметами.	8
Танцевальные элементы и танцы.	«Танцы народов мира»	
	1. Греческий танец. Сиртаки.	2
	2. Австрийский танец. Вальс.	3
	3. Итальянский танец. Тарантелла.	3
	4. Американский танец. Кантри.	2
	5. Мексиканский танец. Макарена.	2
	6. Чешский танец. Полька.	3
1. Латиноамериканский танец. Ча-ча-ча.	2	

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

- Закон РФ «О физической культуре и спорте» от 29.04.1999 № 80-ФЗ;
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 4.10.2000 г. № 751;
- Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года. Распоряжение Правительства РФ от 30.08.2002 г. № 1507-р.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, тема уроков
1	Основы музыкальной грамоты. Выразительные средства музыки: темп, динамика, ритм.
2	Выразительные средства музыки: темп, динамика, ритм.
3	Форма в музыке и танце.
4	Форма в музыке и танце.
5	Образное движение, выразительные средства танца (пластика, мимика и жесты).
6	Образное движение, выразительные средства танца (пластика, мимика и жесты).
7	Гимнастические комплексы. Построение и перестроения.
8	Пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения. Пластический канон «Поплаваем».
9	Пластические упражнения в передаче формы музыкального произведения. Пластический канон «В цирке».
10	Гимнастический комплекс с мячами.
11	Гимнастический комплекс с мячами.
12	Гимнастический комплекс со скакалками.
13	Гимнастический комплекс со скакалками.
14	Гимнастический комплекс с палками.
15	Гимнастический комплекс с палками.

16	Гимнастический комплекс с обручами.
17	Гимнастический комплекс с обручами.
18	Танцевальные элементы и танцы. «Танцы народов мира». Греческий танец «Сиртаки».
19	Греческий танец «Сиртаки».
20	Австрийский танец – вальс.
21	Австрийский танец – вальс.
22	Австрийский танец – вальс.
23	Итальянский танец. Тарантелла.
24	Итальянский танец. Тарантелла.
25	Итальянский танец. Тарантелла.
26	Американский танец. Кантри.
27	Американский танец. Кантри.
28	Мексиканский танец. Макарена.
29	Мексиканский танец. Макарена.
30	Чешский танец – полька.
31	Чешский танец – полька.
32	Чешский танец – полька.

33	Латиноамериканский танец. Ча-ча-ча.
34	Латиноамериканский танец. Ча-ча-ча.