



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПОЛЕССКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
г. Полесск, улица Шевчука 10, тел/факс: 8-401-58-3-53-65
school-polessk.ru

СОГЛАСОВАНО
протокол Педагогического
совета № 8 от 29.05.2023 г



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «Полесская СОШ»
С.А. Головачев
Приказ № 161 от 31.05.2023г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«РИТМИКА»
для обучающихся с ОВЗ**

1-4 класс

Полесск 2022г

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Ритмика» для обучающихся с ОВЗ составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе концепции нового учебно-методического комплекса по хореографии и ритмике.

Историко-бытовой танец. Васильева-Рождественская М.В. Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы внеурочной деятельности «Ритмика» (1 класс 2 – 4 класс) составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 года;

- Приказ Минобрнауки РФ от 06.10.2009г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с дополнениями от 26.11.2010г. № 1241, от 22.09.2011г. № 2357, 18.12.2012г. № 1060, от 29.12.2014г. №1643, от 18.05.2015г. №507, от 31.12.2015г. №1576);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

- **Направление** – спортивно - оздоровительное.

Посредством знакомства школьников 1- 4 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела, вырабатывают правильную осанку, развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Исходя из этого, и была составлена данная программа.

Цели и задачи ритмика в 1- 4 классах:

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

- воспитание нравственно – эстетических чувств,
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному,
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников,
- укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников.

Общая характеристика учебного курса

Актуальность изучения спортивного бального танца в настоящее время очень полезна. В современной России образование в целом и спортивно-оздоровительное направление в частности служит важнейшим ресурсом социально-экономического, политического и культурного развития общества и его граждан.

Программа сочетает тренировочные упражнения. Изучение советской программы, историко-бытового танца, что способствует развитию танцевальности обучающихся.

Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями. Историко-бытовой танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения.

Программа рассчитана на 1 год обучения:

- 1) ритмика и музыкальная грамота.
- 2) советская программа.
- 3) историко-бытовой танец.

В первый раздел включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие обучающихся. На начальном этапе обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы массового танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третий разделе - элементы историко-бытового танца - включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать обучающимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

Формы организации внеурочной деятельности: кружки, дополнительное образование, спортивно – оздоровительные часы, викторины, игры по формированию привычек здорового образа жизни.

Описание места учебного курса

Программа реализуется в рамках внеурочной деятельности в соответствии с образовательным планом. Курс обучения в 1 классе составляет 33 часа (1 час в неделю) (во 2 -4 классах составляет 34 часа (1 час в неделю).

Внеурочная деятельность будет проходить в спортивном зале.

Освоение программ внеурочной деятельности **«Ритмика»**

на уровне начального общего образования сопровождается аттестацией учащихся в следующей форме : движения под музыку .

Описание ценностных ориентиров содержания учебного курса

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

Ценность свободы как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

Личностные результаты:

- формирование отношений с преподавателем, в паре, с коллективом, к себе самому, к своему здоровью.
- формирование навыков общественного поведения.
- формирование ценностей системы общения (с природой, со взрослыми людьми, со сверстниками).

Метапредметные результаты:

включают следующие умения и навыки:

- формулировать при поддержке учителя новые для себя задачи в познавательной деятельности;
- планировать при поддержке учителя пути достижения целей;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, оценивать правильность решения учебной задачи;
- собирать и фиксировать информацию, выделяя главную и второстепенную, критически оценивать её достоверность (при помощи педагога);
- ставить репродуктивные вопросы (на воспроизведение материала) по изученному материалу; - определять свою роль в группе, вклад всех участников в общий результат.

Предметные результаты ритмика во 2- 4 классах включают:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).
- готовность применять на практике танцевальные навыки.

Овладеть навыками:

коммуникативным, личностного саморазвития, информационно-поисковым, рефлексивным, учебно-познавательным.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Формами контроля являются:

эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебной год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения. Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Обучающиеся должны знать:

- характер музыки; - виды темпа;
- музыкальные размеры; - средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса; - характерные особенности женского и мужского танца;
- методику исполнения танцевальных комбинаций на середине зала

Обучающиеся должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа; - уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на 1/4, 1/2 круга;
- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу; - передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- выполнять танцевальные ходы и движения историко-бытового танца;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию;
- исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках.

Содержание учебного курса

1. История танца, история костюма, характер танца.
2. Советская программа: вару-вару, полечка, ола-ла, диско.
3. Историко-бытовой танец: вальс, кадрили, полонез.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Ритмика»

1 кл.

№	Темы занятий	Содержание	Количество часов
I	Раздел		14
1.	Вводное занятие:	Беседа с детьми, о технике безопасности на уроке.	1
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Правильное построение; постановка корпуса.	1
3.	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
4.	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
5.	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он состоит?	1
6.	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он состоит?	1
7.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.	Дать определение.	1
8.	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны корпуса	1
9.	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны корпуса	1

10.	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадрили, полонез	Дать определение каждому танцу.	1
11.	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадрили, полонез	Прослушать с детьми музыкальное сопровождение.	1
12.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Рассказ о фигурах.	1
13.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Научить выполнять данные фигуры.	1
14.	История хореографии	Что такое хореография?	1
II	Советская программа		7
15.	Базовые движения, терминология		1
16.	Взаимодействие в паре	Пояснить детям как нужно взаимодействовать в паре	1
17.	Вару-вару	Знакомство с танцем Вару-Вару.	1
18.	Вару-вару		1
19.	Полечка	Знакомство с танцем «Полечка».	1
20.	Ола-ла	Знакомство с танцем «Ола-ла»	1
21.	Ола-ла		1
22.	Диско		1
III	Историко-бытовой танец		10
23.	Базовые движения, терминология	Дать представления о базовых движениях танца и терминология	1
24.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг друга.	1
25.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг друга.	1
26.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
27.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
28.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1

29.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1
30.	Основные движения «Кадриль»	Обучение основным движениям «Кадрилю»	1
31.	Композиции танцев программы		1
32.	Композиции танцев программы		1
33.	Композиции танцев программы		1
	Итого:		33

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Ритмика»

2-4 классы.

№	Темы занятий	Содержание	Количество часов
I	Раздел		15
1	Вводное занятие:	Беседа с детьми, о технике безопасности на уроке.	1
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Правильное построение; постановка корпуса.	1
3	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
4	Ритмика и музыкальная грамота	предлагается узнать, что такое Воспитания восприятия характера музыки? Темп? Динамика? Строение музыкального произведения?	1
5	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он	1

		состоит?	
6	Музыкальный размер	Что такое музыкальный размер? Из каких частей он состоит?	1
7	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.	Дать определение.	1
8	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны корпуса	1
9	Повороты и наклоны корпуса.	Научить выполнять повороты и наклоны корпуса	1
10	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадрили, полонез	Дать определение каждому танцу.	1
11	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадрили, полонез	Прослушать с детьми музыкальное сопровождение.	1
12	Танцевальная музыка: вару-вару, полечка, ола-ла, диско, вальс, кадрили, полонез	Показать видео материал с данными танцами.	1
13	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Рассказ о фигурах.	1
14	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	Научить выполнять данные фигуры.	1
15	История хореографии	Что такое хореография?	1
II	Советская программа		8
16	Базовые движения, терминология		1
17	Взаимодействие в паре	Пояснить детям как нужно взаимодействовать в паре	1
18	Вару-вару	Знакомство с танцем Вару-Вару.	1
19	Вару-вару		1
20	Полечка	Знакомство с танцем «Полечка».	1
21	Ола-ла	Знакомство с танцем «Ола-ла»	1
22	Ола-ла		1
23	Диско		1
III	Историко-бытовой танец		11

24.	Базовые движения, терминология	Дать представления о базовых движениях танца и терминология	1
25.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг друга.	1
26.	Взаимодействие в паре	Научить взаимодействовать в паре. Чувствовать друг друга.	1
27.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
28.	Основные движения «Полонез»	Обучение движениям танца «Полонез»	1
29.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1
30.	Основные движения «Вальс»	Обучение основным движениям «Вальса»	1
31.	Основные движения «Кадриль»	Обучение основным движениям «Кадрили»	1
32.	Композиции танцев программы		1
33.	Композиции танцев программы		1
34.	Композиции танцев программы		1
	Итого:		34