

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 279 имени Героя Советского Союза
контр-адмирала Лунина Николая Александровича»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

«Ритмика»

(спортивно-оздоровительное направление)

1-3 классы

Срок реализации программы: 1 год

Аббасова О.А., учитель начальных
классов МБОУ СОШ № 279

Программа рассмотрена на
методическом совете МБОУ СОШ № 279
Протокол № 5
от « 29 » мая 2018г.

ПРОВЕРЕНО

Заместитель директора по ВР
Матвишин А.Н.
« 25 » 05 2018г.

г. Гаджиево
ЗАТО Александровск
2018 г

Предполагаемые результаты реализации программы.

Личностные, метапредметные результаты освоения курса.

Освоение детьми программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению ритмика направлено на достижение комплекса результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта. Программа обеспечивает достижение учениками начальной школы следующих личностных и метапредметных результатов.

Личностными результатами изучения курса ритмики является формирование следующих умений:

- решение задач эстетического воспитания;
- ориентировка в пространстве и коллективе, развитие пространственных представлений;
- формирование основных двигательных качеств и навыков, необходимых для занятий танцем;
- знакомство с различными жанрами музыкальных произведений и обучение умению выполнять движения, соответственно характеру музыки;
- усвоение основных необходимых теоретических понятий музыкальной грамоты;
- развитие общей музыкальности, чувства ритма, формирование музыкальной выразительности;
- развитие координации движений, исправление осанки;
- освоение через танцевально-ритмическую деятельность основных элементов народного, бытового, шуточного танцев, а также знакомство с современными направлениями в танце;
- доступная физическая подготовка детей;
- воспитание дисциплинированности, чувства коллективизма, ответственности, культуры поведения и общения.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

определять и формулировать цель выполнения заданий во внеурочной деятельности, в жизненных ситуациях под руководством учителя;

понимать смысл инструкции учителя и принимать учебную задачу;

определять план выполнения заданий внеурочной деятельности, жизненных ситуациях под руководством учителя;

проговаривать последовательность действий на занятии;

учиться высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией учебника;

с помощью учителя объяснять выбор наиболее подходящих для выполнения задания материалов и инструментов;

использовать в своей деятельности простейшие приборы: линейку, треугольник и т.д.;

учиться готовить рабочее место и выполнять практическую работу по предложенному учителем плану с опорой на образцы, рисунки учебника;
выполнять контроль точности разметки деталей с помощью шаблона;
учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятии;

оценивать совместно с учителем или одноклассниками результат своих действий, вносить соответствующие коррективы.

Познавательные УУД:

отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике;

сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие;

группировать предметы, объекты на основе существенных признаков, подробно пересказывать прочитанное или прослушанное;

определять тему;

ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;

делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре);

добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;

перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;

понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме;

анализировать объекты труда с выделением их существенных признаков;

устанавливать причинно - следственные связи в изучаемом круге явлений;

обобщать - выделять класс объектов по заданному признаку.

Коммуникативные УУД:

участвовать в диалоге на занятии и в жизненных ситуациях;

отвечать на вопросы учителя, товарищей по классу;

соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;

слушать и понимать речь других;

принимать участие в коллективных работах, работах парами и группами;

понимать важность коллективной работы;

контролировать свои действия при совместной работе;

допускать существование различных точек зрения;

договариваться с партнерами и приходить к общему решению.

Содержание программы внеурочной деятельности - «Ритмика».

1. Введение: правила техники безопасности (2 часа).

Знакомство с основными направлениями работы на занятиях; инструктаж по правилам техники безопасности.

2. Развитие музыкальности(4 часа).

Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с хореографическим залом. Исполнение основных танцевальных правил – приветствие. Знакомство с позициями ног. Роль разминки. Какие разминки бывают. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

3. Развитие двигательных качеств и умений (6 часов).

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

4. Развитие умений ориентироваться в пространстве (4 часа).

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д.

5. Развитие творческих способностей (6 часов).

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в

соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

6. Развитие и тренировка психических процессов (5 часов).

Умение выявлять сходство и различия между мимики и пантомимы; применять знания основных средств музыкальной выразительности при умении выражать различные эмоции; развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения; уметь развить чувства ритма, музыкальность, пластику, координацию.

7. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности (6 часов).

Проявлять эмоциональную отзывчивость, личностное отношение при восприятии и исполнении произведений; участвовать в совместной деятельности; парное исполнение с соблюдением этикета; двигаться красиво и правильно исполнять танцевальные элементы польки; уметь красиво, правильно и четко, двигаться в паре, как средство полноценного общения; исполнять танцевальные этюды в соответствии с соблюдением этикета.

8. .Обобщающее занятие (1 час)

Музыкально-танцевальные игры.

Формы и методы проведения занятий,

использование эффективных и передовых технологий и дидактических средств.

Содержание программного материала, структура Программы и новые ФГОСы определяют 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 движения, 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.

Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	В том числе		Дата проведения	
			Теория	Практика	Планир.	Факт.
1	Введение: правила техники безопасности.	2	1,5	0,5		
2	Развитие музыкальности	4	2	2		
3	Развитие двигательных качеств и умений	6	2	4		
4	Развитие умений ориентироваться в пространстве	4	2	2		
5	Развитие творческих способностей	6	2	4		
6	Развитие и тренировка психических процессов	5	2	3		
7	Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности	6	2	4		
8	Обобщающее занятие	1	0,5	0,5		
	Итого	34				