


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Республики Тыва
Управление образования администрации городского округа г. Ак-Довурак
МБОУ СОШ №3 г. Ак-Довурака

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО

Хомушку Ч.Э
протокол №1
от «28» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора
по УВР
Сарыглар Ч.Б
протокол №4
от «25» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором
Хомушку М.Б
Приказ №19/1
от «26» августа 2023г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Ритмика»
для 2 класса начального общего образования
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Иргит Кара-Кат Хунан-ооловна
Учитель-ритмики

г. Ак-Довурак 2023г

1. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по ритмике для 2 классов создана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2009 №373;
2. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – общеобразовательным программам начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1015;
3. Федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность утвержденного приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 25.05.2020 г. № 254
4. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 с изменениями от 29 июня 2011 года; 25 декабря 2013 года; 24 ноября 2015 года
5. Санитарно-эпидемических требований к устройству. Содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19). Утверждённого постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16

6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
7. Приказа Министерства образования Республики Тыва от 4 марта 2022г. №159-д «О ведении обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального и основного общего образования в Республике Тыва».
8. Примерная программа «Ритмика» для 1-4 классов, утверждённая Министерством образования 06.03.2015г. Авторской программы по внеурочную деятельность ритмика для учащихся 2-ого класса Беляевой Веры Николаевны «Ритмика и танец».
9. Приказа школы от 26.08.2023 №193/1 «Об утверждении учебных планов на 2023-2024 учебный год»;

Цели и задачи внеурочной деятельности «Ритмика»

Цель предмета - приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования, синтез песни и танца, развитие творческих способностей, обучающихся посредством танцевального искусства.

Задачи:

Развивающие:

-формирование необходимых двигательных навыков, развитие музыкального слуха и чувство ритма;

-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;

-развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, танцевальных навыков;

- формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях;

-улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности;

-воспитание умений работать в коллективе;

Воспитательные:

- воспитывать культуру поведения и общения;

- воспитывать умение ребенка работать в объединении;

- заложить основы становления эстетически развитой личности;

- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

1. Особенности изучения внеурочной деятельности «Ритмика»

Занятия ритмикой тесно связаны с обучением детей на уроках физической культуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую незрелость. 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. Уроки ритмики положительно влияют на умственное развитие детей, создают благоприятные условия для развития творческого воображения и фантазии школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса.

В каждом классе отведено время на то, чтобы учащиеся не только учились определенным движениям и танцам, но и могли изложить свои мысли на «паркетe».

Программа достаточно вариативная и позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Уже через несколько месяцев учащиеся овладевают минимальными навыками танца и способны показать свое умение на различных праздниках, что вносит в процесс обучения работу на результат. При разработке программы учитываются способности учащихся, их индивидуальные и возрастные особенности. Ритмикой могут заниматься все физически здоровые дети, начиная с 6-7 лет. Ритмическая разминка - движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем. Партерная гимнастика развивает подвижность суставов и укрепление мышечного аппарата.

Танцевальные движения используются во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Музыкальные игры на занятиях развивают творческую и танцевальную способность, фантазию, память, обогащают кругозор, формируют навыки общения и культуру поведения в своей возрастной группе. Дети младшего школьного возраста

отличаются, как известно, большой подвижностью, неустойчивостью внимания, неумением долго сосредотачиваться на одном задании. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений. У учащихся закладываются основы, от которых в дальнейшем будет зависеть успех занятий ритмикой и танцем.

2. Формы организации учебного процесса

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое,

целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: муз. грамота, беседы о хореографическом искусстве. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми 3 и 4 классов проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Формы работы: игра, беседа, практические занятия, открытые уроки, комбинированные уроки, урок – смотр знаний, **технологии:** игровые, познавательные, здоровье-сберегающие, обучение в сотрудничестве.

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации учащихся. Текущий, проводимый в ходе учебного занятия, закрепляющий знания по заданной теме:

Итоговый, проводимый после изучения материала одной четверти.

Контрольный урок, проводимый 2-3 раза в четверть.

Урок – смотр знаний в конце учебного года в форме зачёта.

3. Общая характеристика внеурочной деятельности «Ритмика»

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и

общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности. Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Целью занятий ритмикой является формирование основ здорового образа жизни, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию школьников.

Программа является модифицированной, она рассчитана на физическое, эмоциональное и нравственное развитие и совершенствование детей. Программа нацелена на личностное развитие ребенка.

4. Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

Личностные результаты:

- сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
- любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

2 класс

Минимальный уровень:

- уметь 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;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоко́нтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;

5. Содержание внеурочной деятельности «Ритмика»:

Учащиеся 2 класса

1. Упражнения на ориентировку в пространстве, танцевально-двигательные стереотипы; - 2 подгруппа «Трехчетвертные стереотипы»,

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

2. Ритмико – гимнастически упражнения

Обще-развивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе

вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

3. Игры под музыку

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

4. Танцевальные упражнения

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски;

Народный танец

Тувинский танец

Бальный танец

Танец Полька.

Танец «Койгунактар».

Танец Полонез

Танец Вару- вару.

6. ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Ритмика». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности.

По основам знаний

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками).

Оценка «5» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Реализация программы возможна через дистанционное обучение с применением образовательных интернет-ресурсов и технологий.

7. Календарно-тематический планирование

для 2 класса

№ урока	Дата Проведения		Тема урока
	план	Факт	
1	07.09		Правила поведения в зале. Беседа о технике

			безопасности на уроке.
2.	14.09		Песня в танцевальных ритмах.
3.	21.09		Мой танец под любимую песню
4.	28.09		Марш, танец, песня, дружат вместе
5.	05.10		Танец: «Зайчики»
6.	12.10		Отработка основных движений танца «Зайчики»
7.	19.10		Пластика тела
8.	26.10		Основные направления движения в танцевальном зале
9.	09.11		Основные направления движения в танцевальном зале
10	16.11		Подвижные игры под музыку.
11	23.11		Разучивание танцевальных элементов
12	30.11		Разучивание танцевальных элементов
13	07.12		Игровой стрейчинг
14	14.12		Новогодний танец
15	21.12		Новогодний танец
16	28.12		Контрольная работа. Подведение итогов полугодия
17	11.01		Бальный танец «Вальс». Основные движения в паре.
18	18.01		Бальный танец «Вальс». Основные движения в паре

19	25.01		Игровой стрейчинг
20	01.02		Повторение. Квадрат, левый, правый поворот.
21	08.02		Танец: «Ты морячка, а я моряк». Разучивание движений в паре
22	15.02		Танец: «Ты морячка, а я моряк»
23	22.02		Изучение тувинского танца «Челер –Ой».
24	29.02		Тувинские игры: «Чинчи чажылары», «Аскак-Кадай».
25	07.03		Пальчиковые игры: «Матпаадыр», «Алды куске», «Шалаш (Чадыр)».
26	14.03		Повторение
27	21.03		Полька
28	04.04		Полька
29	11.04		Подвижные игры
30	18.04		Повторение изученного материала
31	25.04		Музыкальные игры на свежем воздухе
32	16.05		Музыкальные игры на свежем воздухе
33	23.05		Дыхательная гимнастика
34	30.05		Итоговый контрольный урок – показ танцевальной связки.

8. Информационно-методическое обеспечение

Материально - техническое обеспечение образовательного процесса.

Телевизор, компьютер (моноблок), колонка

Методическое обеспечение образовательного процесса.

Разработка занятий «Ритмика для малышей», «В гостях у феи», «Акробатика на уроке ритмике», «Урок джазового танца», «Лесная сказка», «В гостях у королевы танца».

Сценарии конкурса к международному дню танца «Путешествие к танцу», «Розовая пантера».

Альбом и наглядная выставка «Выдающиеся танцоры, хореографы и балетмейстеры».

Атрибуты к уроку: (скакалки, мячики, обручи, коврики)

Показательный материал «Национальные костюмы для хореографии». «Наши достижения».

Видео материалы.

Мультимедийная программа «Школа танцев» Медиа Арт Паблишер», Москва, 2005г.

Мультимедийная программа «Учимся танцевать» часть 1 Москва, 2005г.

Мультимедийная программа «Учимся танцевать» часть 2 Москва, 2005г.

Мультимедийная программа «Учимся танцевать» часть 3 Москва, 2005г.

Уроки латино-американских танцев. Медиа Арт Паблишер», Москва, 2007г.

Презентация «Сердце отдаю детям» 2009г.

Аудиоматериалы.

«Ритмическая мозаика» (1 часть) Музыкальная палитра 2009г.

«Ритмическая мозаика» (2 часть) Музыкальная палитра 2009г.

«Ритмическая мозаика» (3 часть) Музыкальная палитра 2009г/

«Ритмическая мозаика» (4 часть) Музыкальная палитра 2009г.

Музыка для бальных танцев. ALL TIMES/

9. Список литературы

1. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VII вида 1 – 4 классы/ под ред. В.В.Воронковой – 4-е издание – М.: Просвещение 2010г.

2. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2010г.

3. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Зяткина, Л. В. Стрепетова М.: «Глобус», 2009г

4. «Логоритмика» О.А. Н овиковская 2005 г. изд. «Корона»

5. «Ритмика» И.А. Чибрикова.

6. Программы образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1-4 классы / [А.А.Айдарбекова, В.М.Белов, В.В.Воронкова и др.]. - 8-е изд. - М.:Просвещение, 2013. - 176с.

7. Программы образовательных учреждений VIII вида: 1-4 классы. Авторы - составители: А.К.Аксёнова, Т.И.Бугаева. Научный руководитель проекта - канд.психолог.наук, проф. И.М.Бгажнокова. - СПб. филиал изд-ва «Просвещение», 2007. - 220с.

8. Колонка, ноутбук

9. Электронные демонстрационные пособия.