

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Астраханской области

Управление образования администрации муниципального образования

"Городской округ город Астрахань"

МБОУ г. Астрахани "Лицей № 1"

РАССМОТРЕНА
МО учителей
начальных классов
протокол № 1
от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНА
Педагогическим советом
МБОУ г. Астрахани «Лицей № 1»
протокол № 1
от «30» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

Ритмика

(художественно-эстетическая творческая деятельность)

1 классы

Срок реализации: 1 год

Астрахань 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» (далее – программа) составлена на основе положений и требований к результатам освоения ООП НОО, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования (далее – ФГОС НОО).

Программа включена в вариативную часть плана внеурочной деятельности (содержание направлений деятельности - художественно-эстетическая творческая деятельность).

Форма организации: студия ритмики и пластики, конкурс пластических образов, постановка концертных номеров. 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: слушание музыки, беседы о хореографическом искусстве. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Небольшие беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей.

При разработке программы использовались следующие нормативно-правовые и инструктивно-методические документы:

1. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
3. Об образовании в Российской Федерации / Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования». (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования». (Зарегистрирован 12 июля 2023 года, регистрационный № 74229);
6. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2;
7. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28;

8. Письмо Министерства просвещения РФ от 5 июля 2022 г. N ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций. Реализация внеурочной деятельности»;
9. ООП НОО МБОУ г. Астрахани «Лицей №1»;
10. Положение об организации внеурочной деятельности в МБОУ г. Астрахани «Лицей №1»;
11. Сайт «Единое содержание общего образования». Внеурочная деятельность. Режим доступа: <https://edsoo.ru/rabochie-programmy/>.

При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные направления, использовалась методическая литература¹, личный опыт работы педагога.

Программа *обеспечивает достижение планируемых результатов освоения ООП НОО МБОУ г. Астрахани «Лицей №1»* за счет единства урочной и внеурочной деятельности и содержит следующие разделы:

- 1) содержание курса;
- 2) планируемые результаты освоения курса:
 - личностные результаты;
 - метапредметные результаты;
 - предметные результаты:
- 3) тематическое планирование, *в том числе с учетом рабочей программы воспитания* с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Программа внеурочной деятельности «Ритмика» предназначена для детей младшего школьного возраста (1-х классов). Ведущая деятельность этого возраста – учение через игру, танец и ритмичные упражнения.

Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания. Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы определена тем, что данная программа ориентирована на приобщение каждого ребенка к музыкально-художественной культуре, применение полученных умений в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Кроме того, овладение детьми движениями под музыку помогает развитию музыкального восприятия, умению передавать различные средства музыкальной выразительности, в свободных движениях отображать жанры музыки (марш, танец, вальс, народный танец, напевную песню), передавать их «языком движений», мимикой и пантомимикой, в танце и игре музыкальный образ, способствует проявлению творческих способностей детей в движениях под музыку в музыкально-двигательной импровизации.

В сюжетно-ролевой игре, танцах, происходит развитие психологических функций (внимания, восприятия, памяти, воображения, мышления) и эмоционально-волевой сферы. Систематические занятия детей младшего школьного возраста в студии ритмики очень

¹ Указана в конце программы

полезны и для физического развития: улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения. Постепенно все начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях

Отличительными особенностями программы являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения курса в интеграции с учебными предметами («Физическая культура», «Музыка»).

2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты (взаимосвязь с рабочей программой воспитания).

3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов, ориентированную на создание «ситуации успеха» для каждого ребенка. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки педагогом.

4. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

При проведении занятий педагоги придерживаются следующих принципов:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основа танцевальных движений;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Целевые ориентиры программы определены в соответствии с *инвариантным* содержанием воспитания обучающихся в Лицее на основе **российских традиционных ценностей** – «нравственных ориентиров, формирующих мировоззрение, передаваемые от поколения к поколению, нашедшие свои уникальные проявления в развитии многонационального народа России»²:

- Жизнь
- Достоинство
- Права и свободы человека
- Патриотизм
- Гражданственность
- Служение отечеству и ответственность за его судьбу
- Высокие нравственные идеалы
- Крепкая семья
- Созидательный труд

²Определены Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»

- Приоритет духовного над материальным
- Гуманизм
- Милосердие
- Справедливость
- Коллективизм
- Взаимопомощь и взаимоуважение
- Историческая память и преемственность поколений
- Единство народов России

Для современной системы российского образования весьма важной является идея интеграции обучения и воспитания, взаимосвязи учебной работы обучающихся и внеурочной деятельности. Именно интеграция в значительной степени повышает успешность формирования у младших школьников нравственных ценностей. Программа курса в совокупности со всеми учебными предметами дает возможность обучающимся через танец более широко и углубленно изучить многообразие и богатство России и малой родины - Астраханской области.

С помощью содержания программы можно сделать изучение отдельных тем учебных предметов эмоционально окрашенным и запоминающимся.

Цели и задачи

Цель: развитие ребенка, формирование средствами музыки навыков выразительных ритмических движений, разнообразных умений, способностей, ценностных и волевых качеств личности.

Средствами программы обучаем детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими; развиваем координацию, музыкальность, выразительность и мягкость исполнения, гибкость и выносливость.

Задачи программы:

- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в 4 движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- развивать основы музыкальной культуры;
- развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память);
- учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний, медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т. д.);
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении;
- развивать творческие способности в области искусства танца: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.

Эти задачи решаются при выполнении основного программного требования — соответствия характера движений содержанию и развитию музыкального образа.

Данная цель и задачи ориентируют педагогов на обеспечение позитивной динамики *развития личности* обучающегося, координирует усилия педагога и самого ребенка по

своему саморазвитию, сотрудничеству и партнерские отношения. Именно сотрудничество и партнерские отношения педагога и обучающегося являются важным фактором успеха в достижении цели и задач данной программы.

Взаимосвязь с рабочей программой воспитания ООП НОО

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учетом рабочей программы воспитания и учитывает психолого-педагогические особенности младших школьников. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребенка. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, направленной на формирование у детей младшего школьного возраста гражданско-патриотических чувств;
- в формировании позитивного отношения школьников к базовым ценностям общества (перечислены выше), ценностного отношения к социальной реальности в целом;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную с педагогом и другими детьми деятельность, ключевое значение которой для воспитания подчеркивается федеральной рабочей программой воспитания.

Выбор форм организации внеурочной деятельности подчиняется следующим требованиям:

- целесообразность использования данной формы для решения поставленных задач конкретного направления;
- преобладание практико-ориентированных форм, обеспечивающих непосредственное активное участие обучающегося в практической деятельности, в том числе совместной (парной, групповой, коллективной);
- учет специфики художественно-эстетической деятельности, которая сопровождает то или иное направление внеурочной деятельности;
- использование форм организации, отличных от урочной, обеспечивающих мотивацию к занятиям ритмикой.

Формы занятий предполагают *сочетание* коллективной, групповой и индивидуальной работы младших школьников, предоставляя им возможность научиться работать совместно, а также проявить и развить самостоятельность.

В обучении музыкально - ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех педагогических методов обучения (наглядный, словесный, практический), а игровая форма упражнений, занимательность помогают без особых затруднений усвоить многие достаточно сложные движения.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной работой.

Приемы: комментирование, инструктирование, корректирование.

В соответствии с нормами, установленными ФГОС НОО, СанПиН и СП при реализации программы допускается использование каникулярного времени, выходных и праздничных нерабочих дней для проведения отдельных разовых мероприятий, и образовательных событий (к, примеру, выступлений при согласовании с УОО).

Организация работы по реализации программы возложена на педагога дополнительного образования.

Один из важных аспектов оценочной деятельности при реализации программы является оценка результатов внеурочной деятельности, которая проводится педагогом на основании Положения об организации внеурочной деятельности в МБОУ г. Астрахани «Лицей №1».

Организация образовательного процесса.

Программа курса внеурочной деятельности рассчитана на 1 год занятий с детьми возраста 6,5 - 8 лет и имеет пропедевтический характер, направлена на выявление обучающихся, мотивированных на дальнейшее развитие в данном направлении.

Занятия проводятся 1 раз в неделю с обучающимися 1-х классов продолжительностью 1 академический час. Объем часов в год составляет 33 часа.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы - развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

В музыкально - ритмическом движении ритм понимается в широком смысле слова. В него входят развитие и смена музыкальных образов (основных мыслей, чувств, музыкально оформленных в небольшом построении), структура произведения, темповые, динамические, регистровые, метроритмические соотношения. Поэтому в процессе занятий ритмикой особенно успешно развивается эмоциональная отзывчивость на музыку, приобретает навык восприятия, воспроизведения музыкально-ритмической основы произведения.

Виды музыкально - ритмических движений и основные двигательные навыки у детей младшего школьного возраста. Музыкальное воспитание средствами движения осуществляется в играх, хороводах, плясках, танцах, упражнениях, драматизациях, доступных и интересных детям.

1. Музыкальная игра.

Игра – наиболее активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки, осуществляется в образных движениях. Игра имеет определённый сюжет, правила, музыкально-учебные задания, и, облечённая в интересную форму, помогает лучшему усвоению программных навыков.

2. Пляски, танцы, хороводы. Своеобразной формой музыкально - ритмических движений являются детские пляски, танцы, хороводы, включающие элементы народных и

классических танцевальных движений. Исходя из поставленных задач и общего содержания, их можно последовательно сгруппировать:

- пляски с зафиксированными движениями, построение которых всегда зависит от структуры музыкального произведения;

- пляски комбинированные, имеющие зафиксированные движения и свободную импровизацию;

- свободные пляски, которые носят творческий характер и исполняются под народные плясовые мелодии. Дети, используя знакомые элементы танцев, построений, упражнений, комбинируют их по-новому, придумывают «свою» пляску;

- хороводы плясового характера, чаще связанные с народными песнями, исполняя которые дети инсценируют сюжет, сопровождая его плясовыми движениями;

- детский «бальный танец», включающий вальсообразные движения. Лёгкий, оживленный характер музыки сопровождается всё время повторяющимися танцевальными элементами;

- характерный танец, в котором «свободные» плясовые движения исполняет какой-либо персонаж в свойственной ему манере (танец снежинок). В плясках очень ограниченно используются самые простые движения, так как детям трудно запомнить их последовательность.

3. Упражнения. Музыкально-ритмические навыки усваиваются главным образом в ходе разучивания игр, плясок, хороводов. Однако некоторые из них требуют дополнительных усилий, тренировок, упражнений. Например, надо поупражнять детей в точном исполнении ритмического рисунка, акцента. Педагог помогает ребятам с ним справиться. Некоторые упражнения помогают навыкам выразительного движения в передаче игрового образа, в ходьбе, беге, поскоках, а также тренируют в усвоении отдельных танцевальных элементов. Дети рано начинают чувствовать настроение, характер музыки, воспринимая её сначала в совокупности всех средств, выделяют, отличая отдельные, наиболее яркие средства, доминирующие в произведении (например, форму, темп, динамику, метроритм), передавая это в движениях.

Музыкально-ритмические навыки осваиваются в процессе разучивания игр, плясок, хороводов и упражнений. Важно научить ребят воспринимать музыку целостно, схватывать общее настроение, характер. Однако в процессе обучения можно выделить те или иные навыки, которые особенно хорошо усваиваются при разучивании данного материала. Двигательные навыки детей, необходимые для постановки танца, зависят, в первую очередь, от психофизиологических особенностей. Разучивание движений только тогда будет эффективно, когда оно основано на знании возможностей ребенка, а также требуется строгий учет его возрастных психофизиологических особенностей.

Танцуя, ребенок, включается в творческий процесс. Совершенствуются его двигательные возможности и навыки. Выполнение двигательных упражнений способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков. Движения становятся более выразительными, углубленными и утонченными. В разные моменты жизни детей общение с музыкой и танцем позволяет решать разные педагогические задачи. Наибольший вклад, безусловно, будет сделан в формировании личности ребенка при разумном использовании знаний психического развития.

Движение под музыку дополняет ряд задач занятий ритмикой:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение; • создает приподнятое настроение;

- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Знание особенностей детского восприятия в младшем школьном возрасте позволяет преподавателю наиболее точно и грамотно использовать методические приемы обучения. Особенность детского восприятия такова, что выработать точность, четкость, осмысленность движения помогает использование подражательных движений или образное сравнение. Занятия ритмикой доставляют детям радость и удовольствие. Но должны быть доступны и содержание, и характер движений. Некоторые дети могут проявлять манерность, напряженность и передавать лишь внешнюю форму упражнений. Каждое упражнение имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого музыкальный руководитель направляет внимание детей на музыку. Работа по закреплению и углублению связи движений с музыкой проходит успешно, если музыкальный руководитель, соблюдая последовательность задач музыкального восприятия, одновременно воспитывает и развивает движения детей, систематически прививая им необходимые навыки. Дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется изучить ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений. Занятия по программе позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Практическая значимость занятий: насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не даёт детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык.

Использование такой структуры занятия даёт ощутимые результаты: уже к концу *первого года обучения* обучающиеся используют простые движения и несложные комбинации, демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Программа реализуется в единстве урочной и внеурочной деятельности Лицея по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС НОО и отражает готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретать первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части:

1) 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;

2) *духовно-нравственного воспитания:*

- проявление культуры общения, уважительного отношения к людям, их взглядам, признанию их индивидуальности;
- принятие существующих в обществе нравственно-этических норм поведения и правил межличностных отношений, которые строятся на проявлении гуманизма, сопереживания, уважения и доброжелательности; применение правил совместной деятельности, проявление способности договариваться, неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям;

3) *эстетического воспитания:*

- понимание особой роли России в развитии общемировой художественной культуры, проявление уважительного отношения, восприимчивости и интереса к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
- использование полученных знаний в продуктивной и преобразующей деятельности, в разных видах художественной деятельности;

4) *физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- соблюдение правил организации здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни; выполнение правил безопасного поведения в окружающей среде (в том числе информационной);
- приобретение опыта эмоционального отношения к среде обитания, бережное отношение к физическому и психическому здоровью;

5) *трудового воспитания:*

- осознание ценности трудовой деятельности в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, интерес к различным профессиям;

6) *экологического воспитания:*

- осознание роли человека в природе и обществе, принятие экологических норм поведения, бережного отношения к природе, неприятие действий, приносящих ей вред;

7) *ценности научного познания:*

- осознание ценности познания для развития человека, необходимости самообразования и саморазвития;
- проявление познавательного интереса, активности, инициативности, любознательности и самостоятельности в расширении своих знаний, в том числе с использованием различных информационных средств.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские действия, работа с информацией:

- ориентироваться в терминах и понятиях в пределах изученного, применять изученную терминологию в своих устных высказываниях;
- выявлять признаки положительного влияния занятий ритмикой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений;
- устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств;
- классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым
- формировать умение понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Общение:

- 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;
- описывать влияние занятий ритмикой на здоровье и эмоциональное благополучие человека;
- выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата;
- 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 решении задач выполнения физических упражнений, игровых заданий и игр на уроках, во внеурочной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

Регулятивные универсальные учебные действия

- оценивать влияние занятий ритмикой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний);
- контролировать состояние организма на занятиях и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни; проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности, проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе физкультурно-спортивной, деятельности, анализировать свои ошибки.

Совместная деятельность:

- понимать значение коллективной деятельности для успешного решения учебной (практической) задачи;

- активно участвовать в формулировании краткосрочных и долгосрочных целей совместной деятельности (на основе изученного материала по окружающему миру);
- коллективно строить действия по достижению общей цели: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- выполнять правила совместной деятельности: справедливо распределять и оценивать работу каждого участника;
- считаться с наличием разных мнений;
- не допускать конфликтов, при их возникновении мирно разрешать их без участия взрослого; ответственно выполнять свою часть работы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- иметь представления о темпе, ритме, амплитуде движений;
- проявлять способность выполнить определённые танцевальные движения;
- продемонстрировать знания о правилах групповой работы, основе этикета и грамотной манеры поведения на занятиях;
- иметь представления об актёрском мастерстве, о танцах разных народов и различных эпох;
- сформированность позитивного отношения младшего школьника к традициям других народов, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тематическое планирование 1 класс

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия/ форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.	Инструктаж по ТБ для учащихся. Введение в учебный курс «Ритмика».	1	Введение учащихся в учебный курс «Ритмика» Знакомство с основными видами хореографического искусства. Создание атмосферы творчества, пополнение культурологических знаний.		Создание атмосферы творчества, пополнение культурологических знаний.
2.	Занятие-игра «Давайте познакомимся». Танцевальная игра «Один плюс все!».	1	Знакомство с правилами игры	Проведение танцевальной игры «Один плюс все!».	Воспитывать чувство сотворчества
3.	Упражнения на ориентировку. Игра на внимание «Быстро по	1	Знакомство с правилами игры	Строиться в круг, колонну, шеренгу	Развивать творческую инициативу

	местам!».				
4.	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Повтори!»	1	Общеразвивающие упражнения	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами, руками	Воспитывать чувство ритма
5.	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Потолок - пол».	1	Общеразвивающие упражнения	Наклоны и повороты туловища вправо, влево	Воспитывать чувство ритма
6.	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Танцевальный паровоз!».	1	Общеразвивающие упражнения	Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь.	Воспитывать чувство ритма
7.	Игры под музыку. Танцевальные упражнения: повороты, хлопки, подскоки	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными движениями.	Отработка поворотов, подскоков	Воспитывать чувство ритма, воспитывать упорство и трудолюбие
8.	Игры на внимание. Танцевальная зарядка. Танцевальный этюд «Новогодняя полька»	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными движениями.	Отработка элементов танцевального этюда	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства
9	Танцевальная игра «Один плюс все!». Танцевальный этюд «Пяточка - носочек»	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными движениями.	Отработка элементов танцевального этюда	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства
10	Перестроения. «Змейка»	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными движениями.	Перестроение в быстром и медленном темпе, с остановками, на время подразличную музыку	Воспитание коллективизма, чувства товарищества
11	«Хоровод». Перекаты стопы	1	Показ видеоролика с выступлениями русских народных коллективов. Объяснение отличий хоровода от других видов русского танца.		Воспитывать художественного вкуса
12	Перестроения, «Шахматы»	1		Перестроение в быстром и медленном темпе, с	Воспитание коллективизма, чувства товарищества

				остановками, на время под различную музыку.	
13	Движения на развитие координации.	1	Объяснение педагогом значение координации, ее функции.	Выполнение вслед за педагогом прыжковые упражнения на развитие координации.	Воспитывать упорство и трудолюбие
14	Ходьба с координацией рук и ног	1		Выполнение вместе с педагогом упражнений по кругу в продвижении с использованием рук	Воспитывать упорство и трудолюбие
15	Бег и подскоки	1	Объяснение педагогом значение координации, ее функции	Исполнение бега и подскоков под музыку различную по темпу, динамике и характеру	Воспитание коллективизма, чувства товарищества
16	Упражнения на развитие тела под музыку	1		Исполнение вместе с педагогом упражнений на развитие всех групп мышц.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества
17	Элементы гимнастики: пружинные движения ногами.	1	Общеразвивающие упражнения, знакомство с гимнастическими движениями	Исполнение вместе с педагогом пружинных движений ногами.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества
18	Упражнения для развития позвоночника	1		Исполнение вместе с педагогом волнообразных движений туловищем. Упражнение «Кошечка»	Воспитание коллективизма, чувства товарищества
19	Закрепление изученных упражнений	1		Работа в группах. Составление учебных комбинаций с использованием изученных движений	Воспитание коллективизма, чувства товарищества

20	Упражнения на развитие координации. Танец «Стирка»	1	Постановка тренировочного танца, развитие координации	Разучивание танца «Стирка»	Воспитание коллективизма, чувства товарищества
21	«Я – герой сказки». Любимый персонаж	1	Объяснение педагогом понятия имитация, подражание, пантомима	Самостоятельная работа. Исполнение под музыку сочиненных на уроке подражательных пародий на любимых сказочных героев	Воспитывать манеру держаться на сцене
22	Основные движения, переходы в позиции рук	1	Объяснение и показ педагогом основных позиций рук, их переходы из одной позиции в другую	Исполнение вслед за педагогом основных позиций рук и их переходы из позиций	Воспитывать упорство и трудолюбие
23	Элементы народного танца: ковырялочка	1	Показ видеоролика с исполнением народного танца. Объяснение и показ педагогом правильного исполнения простейшего элемента народного танца – ковырялочки	Исполнение вместе с педагогом ковырялочки.	Воспитывать внимание и ловкость
24	Музыкально-ритмические игры: «Коршун и курица»	1	Знакомство с правилами музыкально-ритмической игры «Коршун и курица», направленную на развитие внимания и ловкости.	Играют в игру на развитие ловкости и внимания	Воспитывать внимание и ловкость
25	Музыкально-ритмическая игра: «Магазин игрушек»	1	Знакомство с правилами игры «Магазин игрушек» направленную на развитие артистизма и снятия «зажатости»	Играют в игру «Магазин игрушек» изображая живые игрушки	Воспитывать артистизм, коллективизма, взаимопомощи
26	Упражнения на выстукивание музыку	1	Показ правильного исполнения выстукиваний	Выстукивание прозвучавших мелодий. Их темп, ритм, характер	Воспитывать упорство и трудолюбие
27	Отработка упражнений.	1		Исполнение разученных упражнений под музыку в более быстром темпе	Воспитывать упорство и трудолюбие.
28	Закрепление изученного	1		Исполнение разученных упражнений самостоятельно, без	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки,

				наставничества педагога в разных темпах	внимания и артистизма
29	Общеразвивающие упражнения	1		Исполнение вместе с педагогом упражнений на развитие всех групп мышц.	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, внимания и артистизма.
30	Общеразвивающие упражнения: перекаты стопы	1		Исполнение упражнений для развития стопы (профилактики плоскостопия)	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, внимания и артистизма
31	Геометрические композиции фигур (коллективные)	1	Рассказ педагога и показ схематических фигур наиболее используемых в постановке танца	Работа в группах. Составление маленьких этюдов с использованием разученных композиций фигур	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, внимания и артистизма
32	Музыкально-ритмическая игра: «Я и мир вокруг»	1	Знакомство с правилами игры, направленной на развитие артистизма, чувства ритма.	Играют в музыкально – ритмическую игру с использованием различного музыкального материала	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, внимания и артистизма
33	Многообразность и необычность движений. Игра «Волк и Заяц».	1	Знакомство с правилами игры	Изображают животных, двигаются в характере музыки	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, внимания и артистизма
	Итого часов:	33			

Список используемой литературы:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К.Барышникова. – СПб., 1996.
2. Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова, Е.В.Воронина. – Ярославль, 2000.
2. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000).
3. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
4. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
5. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
6. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
7. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009).

8. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
9. Шершнеv В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008) Учебно-методический комплекс.