

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа
с. Криволучье-Ивановка муниципального района Красноармейский
Самарской области

Проверено
Зам. директора по УВР

_____ М.Н.Настаева
(подпись)
«29»августа 2022 г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ
с.Криволучье-Ивановка

_____ Г.М.Ефименко
(подпись)
«29»августа 2022 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс): «Ритмика». Класс: 5-9 класс

Количество часов по учебному плану: **34** в год **1** в неделю.

Рассмотрена на заседании МО Естественно-научного цикла
Протокол №1 от «29»августа 2022 г.
Председатель МО Баранов С.Н.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---------------------------------------|----------|
| Пояснительная записка..... | 3 |
| Содержание курса..... | 4 |
| Планируемые результаты..... | 4 |
| Личностные результаты..... | 4 |
| Метапредметные результаты..... | 4 |
| Предметные результаты..... | 4 |
| Тематическое планирование..... | 5 |

Пояснительная записка

Данная рабочая программа по внеурочной деятельности «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями к образовательному минимуму основного общего образования для обучающихся в общеобразовательном классе на основании следующих нормативных документов:

- ООПООО ГБОУСОШ с. Криволучье-Ивановка;
- Учебного плана на 2022-2023 год ГБОУ СОШ с. Криволучье-Ивановка

Содержание программы.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из четырёх разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения

Планируемые результаты.

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.

Метапредметные результаты.

- овладение способностью принимать и охранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха и неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами

Предметные результаты.

- формирование первоначальных представлений о значении урока «Ритмики» для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств.

Тематическое планирование

| № урока | Название темы | Кол-во часов |
|------------|---|--------------|
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
| 2 | Разминка. | 1 |
| 3-4 | Общеразвивающие упражнения. | 2 |
| 5-9 | Танец «Полька». | 5 |
| 10-11 | Тренировочный танец “Ладочки”. Основные движения, переходы в позиции рук. | 2 |
| 12 | Разминка. | 1 |
| 13-14 | Движения по линии танца. | 2 |
| 15-19 | Танец «Вару – Вару». | 5 |
| 20-23 | Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка. | 4 |
| 24 | Разминка. | 1 |
| 25 | Общеразвивающие упражнения. | 1 |
| 26-30 | Танец «Диско». | 5 |
| 31 | Разминка. | 1 |
| 32 | Движения по линии танца. | 1 |
| 33 | Индивидуальное творчество «Я – герой любимой сказки». | 1 |
| 34 | Урок-смотр знаний | 1 |
| | ИТОГО | 34 |