

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики

Свердловской области

МАОУ СОШ № 15

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом МАОУ СОШ
№ 15

1 от «27» 08 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместителем
директора по учебной
работе



В.Г. Адамян
130-ОД от «01» 09 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором



Н.А. Панковой

130-ОД от «01» 09 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Ритмика»

для обучающихся 1 – 2 классов

г. Екатеринбург, 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа по ритмике составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- 1 Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.
3. Основная образовательная программа начального общего образования МАОУ СОШ № 15.

Программа «Ритмика» 1-2 классы составлена в соответствии с требованиями ФГОС на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец».

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игrottанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Освоение содержания рабочей программы направлено на естественное развитие организма ребенка, морфологическое и функциональное совершенствование его отдельных органов и систем, благодаря увеличению двигательной активности ребенка в режиме дня.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Программа «Ритмика» предназначена для преподавания основ хореографического искусства с первого по четвертый класс в режиме учебных занятий. Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы. Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и

воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации. В программу «Ритмика» включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 7-10 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Цели и задачи обучения.

Образовательная цель программы: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля. Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоничное телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Задачи курса:

1. дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки; дать представление о танцевальном образе. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;

2. использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;

3. использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

4. обеспечить творческое развитие, эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;

5. обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного и бального танцев, воспитать культуру движения;

6. увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Принципы обучения. Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализацию дидактических принципов. *Принцип сознательности* и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу. *Принцип наглядности* помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений. *Принцип доступности* требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности

осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

Методы и методические приемы обучения. В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы. Метод использования слова — универсальный метод обучения. с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д. Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично. Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения. Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений. Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения. Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Содержание программы. Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. 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. Материал программы включает следующие разделы: 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты. 2. Ритмико-гимнастические упражнения . 3. Язык танца.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты». С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий: правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением; художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 1-2 класса. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Ритмико-гимнастические упражнения». Этот раздел включает изучение музыкальных и танцевальных терминов, их «применение», упражнения на развитие силовой выносливости и гибкости, музыкальности. Также, упражнение на развитие слуха, воображения.

Раздел «Язык танца» изучает особенности классических, народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит: партерная гимнастика; тренаж на середине зала; танцевальные движения; композиции различной координационной сложности.

Занятия по танцевально-игровой гимнастике проводятся один раз в неделю (33 часа в 1 классе), (34 часа в год во 2 классе).

1 класс.

1. Танцевально-ритмическая гимнастика. Игоритмика. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко — тихо». Выполнение упражнений под музыку. Строевые упражнения. Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам. Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета. Основные движения прямыми и согнутыми

руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Игrotанцы.

Хореографические упражнения. Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений. Танцевальные шаги. Ритмические танцы

2 класс.

1. Танцевально-ритмическая гимнастика. Игрогимнастика. Строевые упражнения.

Построение в шеренгу и колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом. Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета. Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами.

Упражнения с предметами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Акробатические упражнения. Группировка в положениях лежа и сидя, перекаты в ней вперед — назад. Из упора присев переход в положение лежа на спине. Сед ноги врозь широко. Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях. Хореографические упражнения.

Танцевальные позиции ног. Танцевальные шаги. Ритмические и бальные танцы.

Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения программы.

В результате освоения предметного содержания предлагаемого курса ритмики у учащихся предполагается формирование универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных) позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

Личностными результатами являются:

- формы проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;
- правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе, правила игрового общения, правильного отношения к собственным ошибкам, к победе, поражению;
- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели, соблюдать правила поведения, правильно взаимодействовать с партнерами по команде;
- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности;
- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.

Метапредметными результатами являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

· о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.

· иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;

· планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей;

· контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;

· договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

· применять полученные сведения о многообразии танцевального искусства, красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения;

· выполнять музыкально-ритмических движения, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья.

Предметными результатами являются:

· необходимые сведения о многообразии танцев, особенностях танцев народов мира, народных танцев; танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты;

· работать с танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца; основные движения: ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник;

· импровизировать; работать в группе, в коллективе, выступать перед публикой;

· самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект, иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

Предметные результаты :

Уметь:

· ориентироваться в зале, строиться в шеренгу;

· выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку;

· хлопать и топать в такт музыки;

· в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

· выполнять простейшие построения и перестроения;

· исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку;

· ритмично двигаться в различных музыкальных тем-пах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

· передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.).

- исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения
- хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр;
- выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой,
- владеть основами хореографических упражнений этого года обучения; исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Знать: о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики, основные танцевальные позиции

Знать: правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами, владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.

.Знать: о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями.

Материально-техническое обеспечение

Занятия могут проводиться как в музыкальном, так и в физкультурном зале. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено.

Также требуется:

- магнитофон
- компакт – диски
- декорации (для проведения сюжетных занятий)
- костюмы
- отличительные знаки, эмблемы, жетоны.
- грамоты, значки, медали.(для подведения итогов занятий и награждения)
- атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки и т.д.

Тематическое планирование

№	Наименование разделов	Количество часов
	1 класс	
1.	Раздел 1: Ритмика. Элементы музыкальной грамоты	6 ч
2.	Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения	13 ч
3.	Раздел 3. Язык танца	14 ч
	ИТОГО:	33 ч
	2 класс	
1.	Раздел 1: Ритмика. Элементы музыкальной грамоты	5 ч
2.	Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения	8 ч
3.	Раздел 3. Язык танца	21 ч
	ИТОГО:	34 Ч

Календарно-тематическое планирование (поурочное) курса «Ритмика» в 1 классе

№ п/ п	Тема занятия	Планируемые УУД	Дата	Корректировка
Раздел 1: Ритмика. Элементы музыкальной грамоты 6 ч				
1	Введение. Что такое ритмика.	Воспитывать интерес и любовь к танцу, развивать чувство прекрасного, на основе знакомства с ритмикой и музыкальной грамотой, соблюдая технику безопасности. Чувствовать настроение и характер музыки и понимать ее содержание; развивать умение воспринимать музыку и музыкальный слух. Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка.		
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно – творческой и танцевальной способности. Способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи. Уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений с помощью хлопков, притопов.		
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выступивания, притоп).	Развитие эстетического вкуса, культуры поведения в движениях. Начать учить договариваться и приходить к совместному решению в коммуникативной деятельности. Учить понятия о трех основных жанрах музыки. Начать развивать умение эмоционально откликаться на искусство и выражать свое отношение к нему в разных видах музыкально – творческой деятельности.		
4	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Начать формировать учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу. Начать учить договариваться и приходить к совместному решению в коммуникативной деятельности. Начать развивать умение воплощать в		

		движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок, позиции рук, ног.		
5				
6	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	Вызвать интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами. Знать танцевальные термины, название упражнений, танцевальные элементы.		
Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения 13 ч				
7	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	Правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе. Задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций. Освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе, различая динамику и музыкальную фразу. Учить реализовывать творческий потенциал индивидуально и в паре.		
8	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	Вызвать интерес к танцевальному искусству. Начат учить принимать и сохранять учебную задачу.		
9-10	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок). Разучивание танца	Разучивать танцевальные точки и термины.		
11	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	Наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям, развитие эстетического вкуса, культуры поведения и общения. Решение творческих задач и их исполнение. Знать и уметь исполнять танцевальные движения.		
12	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомимы.	Эмоционально – ценностное отношение к искусству. Знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа. Элементы русского танца.		

13 - 14	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластиичная гимнастика.	Начать учить договариваться и приходить к совместному решению в коммуникативной деятельности. Иметь понятие о разнообразии танцев.		
15	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения	Начать развивать чувство прекрасного на основе знакомства и исполнение в паре. Начать учить принимать и сохранять учебную задачу. Иметь понятие об основных танцевальных жанрах.		
16	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	Начать формировать учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу. Начать развивать умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. Исполнять движения в характере музыки.		
17	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	Наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Продолжить развивать умение принимать и сохранять учебную задачу. Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка с правой ногой через правую сторону.		
18 - 19	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	Развивать умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве. Начать развивать умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителя и товарищей. Чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкально произведения.		
	Раздел 3. Язык танца 14 ч			
20 - 21	Музыкальные, танцевальные темы.	Естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения. Формировать умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. Уметь самостоятельно ускорять, замедлять темп движений.		

22 - 24	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	Начать формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Продолжить развивать умение адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей. Использовать знаково-символические средства для решения задач. Проявлять эмоциональную отзывчивость, личностное отношение при восприятии и исполнении танцевальных перестроений.		
25 - 26	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	Стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей; продолжить развивать чувство прекрасного. Продолжить развивать умение использовать знаково-символические средства для решения задач. Продолжить развивать умение красиво и выразительно двигаться, продолжить развивать общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка, а также знание основных закономерностей хореографического искусства.		
27	Понятие размера. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце	Стремление к танцевальному искусству и развитие эстетического вкуса. Начать развивать умение проводить сравнение по заданным критериям. Распознать характер танцевальной музыки; умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки.		
28 - 30	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	Отношение к искусству, к физическим упражнениям. начать развивать умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. исполнять движения в характере музыки.		
31 - 32	Аэробика.	Наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Продолжить развивать умение адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей. Продолжить развивать общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка и его		

		духовно- нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства.		
33	Урок-смотр знаний	Продолжить формировать ориентацию на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата. Воспитание культурных привычек в процессе группового общения, готовность применять полученные знания и приобретённый опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.		

**Календарно-тематическое планирование (поурочное) курса «Ритмика» во
2 классе**

№ п/ п	Тема занятия	Планируемые УУД	Дата	Корректировка
Раздел 1: Ритмика. Элементы музыкальной грамоты 5 ч				
1	Введение. Что такое ритмика.	Воспитывать интерес и любовь к танцу, развивать чувство прекрасного, на основе знакомства с ритмикой и музыкальной грамотой, соблюдая технику безопасности. Чувствовать настроение и характер музыки и понимать ее содержание; развивать умение воспринимать музыку и музыкальный слух. Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка.		
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно – творческой и танцевальной способности. Способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи. Уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений с помощью хлопков, притопов.		
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выступивания, притоп).	Развитие эстетического вкуса, культуры поведения в движениях. Начать учить договариваться и приходить к совместному решению в коммуникативной деятельности. Учить понятия о трех основных жанрах музыки. Начать развивать умение эмоционально откликаться на искусство и выражать свое отношение к нему в разных видах музыкально – творческой деятельности.		
4	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Начать формировать учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу. Начать учить договариваться и приходить к совместному решению в		

		коммуникативной деятельности. Начать развивать умение воплощать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок, позиции рук, ног.		
5	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	Начать формировать учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу. Начать учить договариваться и приходить к совместному решению в коммуникативной деятельности. Начать развивать умение воплощать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок, позиции рук, ног.		
Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения 8 ч				
6-7	Танец «Полька».	Вызвать интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами. Знать танцевальные термины, название упражнений, танцевальные элементы.		
8	Тренировочный танец “Ладошки”. Основные движения, переходы в позиции рук.	Вызвать интерес к танцевальному искусству. Начат учить принимать и сохранять учебную задачу		
9-10	Разминка. Музыкальный этюд «Птицы».	Разучивать танцевальные точки и термины.		
11	Движения по линии танца.	Наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям, развитие эстетического вкуса, культуры поведения и общения. Решение творческих задач и их исполнение. Знать и уметь исполнять танцевальные движения.		
12 - 13	Танец «Вару – Вару».	Эмоционально – ценностное отношение к искусству. Знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа. Элементы русского танца.		
	Раздел 3. Язык танца 21 ч			

14 - 16	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка.	Начать учить договариваться и приходить к совместному решению в коммуникативной деятельности. Иметь понятие о разнообразии танцев.		
17	Разминка. Музыкальный этюд «Мячик».	Наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Продолжить развивать умение принимать и сохранять учебную задачу. Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка с правой ногой через правую сторону.		
18	Общеразвивающие упражнения. Музыкальные игры	Развивать умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве. Начать развивать умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителя и товарищей. Чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкально произведения.		
19 - 20	Танец «Диско». Основные элементы диско	Развивать умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве. Начать развивать умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителя и товарищей. Чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкально произведения.		
21	Движения по линии танца	Естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения. Формировать умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. Уметь самостоятельно ускорять, замедлять темп движений.		
22	Индивидуальное творчество «Я – герой любимой сказки».	Начать формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Продолжить развивать умение адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей. Использовать знаково-символические средства для решения задач. Проявлять		

		эмоциональную отзывчивость, личностное отношение при восприятии и исполнении танцевальных перестроений.		
23	Правила танцевального этикета	Начать формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Продолжить развивать умение адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей. Использовать знаково-символические средства для решения задач. Проявлять эмоциональную отзывчивость, личностное отношение при восприятии и исполнении танцевальных перестроений.		
24	Аэробика.	Начать формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Продолжить развивать умение адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей. Использовать знаково-символические средства для решения задач. Проявлять эмоциональную отзывчивость, личностное отношение при восприятии и исполнении танцевальных перестроений.		
25 - 26	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	Стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей; продолжить развивать чувство прекрасного. Продолжить развивать умение использовать знаково-символические средства для решения задач. Продолжить развивать умение красиво и выразительно двигаться, продолжить развивать общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка, а так же знание основных закономерностей хореографического искусства.		
27	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	Стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей; продолжить развивать чувство прекрасного. Продолжить развивать умение использовать знаково-символические средства для решения		

		задач. Продолжить развивать умение красиво и выразительно двигаться, продолжить развивать общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка, а так же знание основных закономерностей хореографического искусства.		
28	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Отношение к искусству, к физическим упражнениям. начать развивать умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. исполнять движения в характере музыки.		
29	Ритмические упражнения.	Отношение к искусству, к физическим упражнениям. начать развивать умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. исполнять движения в характере музыки.		
30 - 31	Гимнастика Parter.	Отношение к искусству, к физическим упражнениям. начать развивать умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. исполнять движения в характере музыки.		
32 - 34	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	Наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Продолжить развивать умение адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей. Продолжить развивать общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка и его духовно- нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства.		

Список литературы

1. Алямовская В.Г. Как воспитывать здорового ребёнка.- М.,1993.
2. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски

для детей 1983

3. Васильева Т.К. Секрет танца.-СПд., 1997.
4. Герела Н.Ф. Дыхание, движение, Самомассаж. Методика оздоровления на основе парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой.-Л.,1991.
5. Дубровский В.И. Лечебная физкультура: Учебник для вузов. – 1999
6. Казакевич Н.В. Сайкина Е.Г. , Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика. Методическое пособие.- СПб , 2001.
7. Казьмин В.Д. Дыхательная гимнастика. Серия «Панацея». Ростов н\Д., 2000
8. Кольцова М.М. Рузина М.С. Ребёнок учиться говорить. Пальчиковый игротренинг. –СПб., 1998.
9. Страковская В.Л.300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет.-М.,1994.
10. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально – игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб , «Детство-Пресс», 2007
11. Шарманова С. Морское царство. Применение сюжетных занятий на основе ритмической гимнастики в физическом воспитании детей школьного возраста: Учебное пособие\ Под ред. А.И.Федорова. – Челябинск, 1996.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908500

Владелец Панкова Наталья Алексеевна

Действителен с 15.10.2024 по 15.10.2025