

Приложение № 2
к Основной общеобразовательной программе
начального общего образования МАОУ ПГО
«Политехнический лицей № 21 «Эрудит»
утвержденной приказом МАОУ ПГО
«Политехнический лицей № 21 «Эрудит»
от 28.01.2021 г. № 6/1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету части, формируемой участниками
образовательных отношений
«РИТМИКА»
начальное общее образование
2-4 классы ФГОС

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ритмика»

1 - 4 класс

I. Планируемые результаты освоения курса.

Личностные результаты:

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками построенное на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и переживания;
- Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении цели;
- Оказание помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- Характеристика явления (действий, поступков), их объективная оценка согласно освоенным знаниям и опыту;
- Обнаружение ошибок при выполнении задания, отбор способов их исправления.
- Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Организация самостоятельной деятельности с учётом требований безопасности, сохранности инвентаря и оборудования;
- Анализ и объективная оценка результатов собственного труда;
- Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека;
- Оценка красоты осанки и телосложения, сравнение их с эталонным образцом;
- Управление эмоциями при общении со сверстниками, сдержанность, рассудительность;
- Технически правильное выполнение действий.

Предметные результаты:

- Планирование занятий ритмическими упражнениями в досуговой деятельности, при организации отдыха;
- Оказание помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Организация и проведение подвижных, музыкальных и ролевых игр и элементов танцев;
- Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения музыкально – подвижных игр;
- Организации музыкально – исполнительской и танцевальной деятельности;
- Выполнение танцевальных, ритмико-гимнастических и музыкально – исполнительских действий на высоком уровне.

II. Содержание учебного курса внеурочной деятельности «Математическая шкатулка»

Содержание направлено на воспитание интереса к предмету, развитие наблюдательности, геометрической зоркости, умения анализировать, догадываться, рассуждать, доказывать, решать учебную задачу творчески. Содержание может быть использовано для показа учащимся возможностей применения тех знаний и умений, которыми они овладевают на уроках математики. Задействованные виды внеурочной деятельности: познавательная, игровая.

Учебно- тематический план.

№ раздела	Тема занятия	Часы			
		1 кл.	2 кл.	3 кл.	4 кл.
1.	Восприятие музыки	8	8	8	8
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве	8	9	9	9
3.	Ритмико-гимнастические упражнения	9	9	9	9
4.	Народные пляски и современные танцевальные движения	8	8	8	8
Итог		33	34	34	34

III. Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего
Восприятие музыки (8 часов)		
1	1. Введение. Что такое ритмика.	1
2	2. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки).	1
3	3. Первый подход к ритмическому исполнению (выстукивания).	1
4	4. Первый подход к ритмическому исполнению (притоп).	1
5	5. Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1
6	6. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
7	7. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
8	8. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
Упражнения на ориентировку в пространстве (8 ч)		
9	1. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
10	2. Упражнения на внимание	1
11	3. Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
12	4. Упражнение на координацию движений	1
13	5. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1
14	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
15	7. Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	1
16	8. Итоговое занятие	1
Ритмико-гимнастические упражнения (9 ч)		
17	1. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1
18	2. Ходьба и бег. Разновидности ходьбы	1

19	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1
20	4. Ритмико-гимнастические упражнения.	1
21	5. Подбрасывание, перекачивание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.	1
22	6. Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1
23	7. Строевые упражнения. Перестроения.	1
24	8. Упражнение с гимнастической палкой	1
25	9. Итоговое занятие	1
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)		
26	1. Танцевальные упражнения и движения	1
27	2. Соединение движения с музыкой	1
28	3. Танцевальные упражнения и движения с предметами.	1
29	4. Элементы русских народных плясок.	1
30-31	5-6. Простой хороводный шаг	1
32	7. Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
33	8. Итоговое занятие	1
	Всего	33

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего
Восприятие музыки (8 часов)		
1	1. Введение. Что такое ритмика.	1
2	2. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки).	1
3	3. Первый подход к ритмическому исполнению (выстукивания).	1
4	4. Первый подход к ритмическому исполнению (притоп).	1
5	5. Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1
6	6. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
7	7. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
8	8. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
Упражнения на ориентировку в пространстве (9 ч)		
9	1. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
10	2. Упражнения на внимание	1
11	3. Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
12	4. Упражнение на координацию движений	1
13	5. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1
14	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
15	7. Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	1
16	8. Ходьба и бег в различном темпе.	1
17	9. Итоговое занятие	1
Ритмико-гимнастические упражнения (9 ч)		
18	1. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1
19	2. Ходьба и бег. Разновидности ходьбы	1
20	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1
21	4. Ритмико-гимнастические упражнения.	1
22	5. Подбрасывание, перекачивание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.	1
23	6. Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1
24	7. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1
25	8. Упражнение со скакалкой.	1

26	9. Итоговое занятие	1
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)		
27	1. Танцевальные упражнения и движения	1
28	2. Соединение движения с музыкой	1
29	3. Танцевальные упражнения и движения с предметами.	1
30	4.Элементы русских народных плясок. Ковырялочка.	1
31-32	5-6. Упражнения на развитие танцевального творчества	1
33	7. Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
34	8. Итоговое занятие	1
	Всего	34

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего
Восприятие музыки (8 часов)		
1	1. Введение. Что такое ритмика.	1
2	2. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки).	1
3	3. Первый подход к ритмическому исполнению (выстукивания).	1
4	4. Первый подход к ритмическому исполнению (притоп).	1
5	5. Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1
6	6. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
7	7. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
8	8. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
Упражнения на ориентировку в пространстве (9 ч)		
9	1. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
10	2. Упражнения на внимание	1
11	3. Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
12	4. Упражнение на координацию движений	1
13	5. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1
14	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
15	7. Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	1
16	8. Ходьба и бег в различном темпе.	1
17	9. Итоговое занятие	1
Ритмико-гимнастические упражнения (9 ч)		
18	1. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1
19	2.Ходьба и бег. Разновидности ходьбы	1
20	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1
21	4. Ритмико-гимнастические упражнения.	1
22	5. Подбрасывание, перекачивание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.	1
23	6. Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1
24	7. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1
25	8.Упражнение с мячом.	1
26	9. Итоговое занятие	1
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)		
27	1. Танцевальные упражнения и движения	1
28	2. Соединение движения с музыкой	1
29	3. Танцевальные упражнения и движения с предметами.	1
30	4.Элементы русских народных плясок.	1

31-32	5-6. Приставной шаг и каблучные движения	1
33	7. Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
34	8. Итоговое занятие	1
	Всего	34

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего
Восприятие музыки (8 часов)		
1	1. Введение. Что такое ритмика.	1
2	2. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки).	1
3	3. Первый подход к ритмическому исполнению (выстукивания).	1
4	4. Первый подход к ритмическому исполнению (притоп).	1
5	5. Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1
6	6. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
7	7. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
8	8. Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1
Упражнения на ориентировку в пространстве (9 ч)		
9	1. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
10	2. Упражнения на внимание	1
11	3. Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
12	4. Упражнение на координацию движений	1
13	5. Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1
14	6. Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1
15	7. Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	1
16	8. Ходьба и бег в различном темпе.	1
17	9. Итоговое занятие	1
Ритмико-гимнастические упражнения (9 ч)		
18	1. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1
19	2. Ходьба и бег. Разновидности ходьбы	1
20	3. Танцевальный шаг на полупальцах	1
21	4. Ритмико-гимнастические упражнения.	1
22	5. Подбрасывание, перекачивание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.	1
23	6. Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1
24	7. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1
25	8. Упражнение с обручем.	1
26	9. Итоговое занятие	1
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)		
27	1. Танцевальные упражнения и движения	1
28	2. Соединение движения с музыкой	1
29	3. Танцевальные упражнения и движения с предметами.	1
30	4. Элементы русских народных плясок.	1
31-32	5-6. Галоп, подскоки в повороте.	1
33	7. Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
34	8. Итоговое занятие	1
	Всего	34

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576053

Владелец Высоцкая Людмила Витальевна

Действителен с 19.04.2022 по 19.04.2023