

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 5 г. Феодосии Республики Крым»

РАССМОТРЕНО

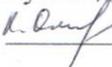
на заседании МО учителей
физической

культуры, эстетического цикла,

ОБЖ и технологии

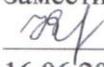
Протокол №7 от 14.06.2020 г.

Руководитель МО

 К.К.Олексюк

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Е.Н. Рыженко

16.06.2020 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ-Гимназии

№5

Е.С. Лойко

Протокол № 211 от 17.06.2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Ритмика»
для 1-3-х классов по ФГОС
(базовый уровень)

Составители:

Башук Галина Андреевна,
учитель физической культуры
МБОУ – Гимназии №5

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	3 - 4
2. Содержание курса внеурочной деятельности.....	5
3. Тематическое планирование.....	6

Введение.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» для 1-3 классов соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования второго поколения, составлена на основе программы «Ритмика и танец» для 1-8 классов, утвержденная Министерством образования от 06.03.2001г. и авторской программы по учебному предмету «ритмика» для учащихся 1-7 классов Беляевой Веры Николаевны «Ритмика и танец», используемой для реализации программы, целей и задач внеурочной деятельности в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Гимназия №5 г. Феодосии Республики Крым» на базовом уровне.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты:

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха или неудачи, умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей, навыков. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве.

Метапредметные результаты:

- регулятивные
- познавательные
- коммуникативные
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.
- умение контролировать и оценивать свои действия.
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию.

Предметные результаты:

- Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги.
- соблюдать правильную дистанцию (интервал) при перемещения по залу.
- уметь двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии.
- повторять любой ритм, заданный учителем.
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки.

Учащийся получит возможность научиться:

1. Понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.
2. Организованно строиться.

3. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.
4. Правильно выполнять движения.
5. Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(1 час в неделю, всего 34 часа в год)

Водное занятие. Правила техники безопасности в зале. (1 ч.)

Раздел 1. Ритмико-гимнастические упражнения.

Правильное исходное положение. Ходьба и бег с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях. Наклоны и повороты корпуса. Приседания с опорой и без, с предметами и реквизитом. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Изучение позиций рук и ног.

Прохлопывание и протопывание ритмических рисунков. Упражнения на расслабление мышц.

Раздел 3. Танцевальные упражнения.

Знакомство с танцевальными движениями. Различные шаги, беги, прыжки. Элементы русской, украинской и белорусской плясок. Движение парами, тройками. Хороводы.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем	К-во часов
1.	Водное занятие. Правила техники безопасности в зале.	1
2.	Знакомство с «Ритмикой». Игра «Давай знакомиться».	1
3, 4, 5.	Основные понятия: положения корпуса, рук и ног.	3
6-13.	Изучение русских народных движений.	8
14-15.	Ориентация в пространстве.	2
16-17.	Фигуры и рисунки танца.	2
18-25.	Изучение украинских народных движений.	8
26-29.	Изучение движений белорусского танца.	4
30-32.	Составление комбинаций.	3
33.	Повторение и закрепление пройденного материала.	1
34.	Проверка знаний и умений учащихся.	1
Итого		34