

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ**

**КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ АДМИНИСТРАЦИИ АЛТАЙСКОГО  
РАЙОНА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

---

**РАССМОТРЕНО:**

на заседании МО учителей  
гуманитарного цикла  
Протокол № 1  
от «26» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО:**

на заседании Педагогического  
совета  
Протокол № 1  
от «27» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор школы  
\_\_\_\_\_/С.В. Ольгезер/  
Приказ № 190  
от «27» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**«Ритмика»**

**2 класс**

**Срок реализации программы:** 2024-2025 учебный год

**Составил(а):** Лепихина Марина Владимировна, учитель начальных классов высшей квалификационной категории

с. Ая, 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Ритмика» разработана на основе:

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 286 (в ред. от 08.11.2022 г.);
    - Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. N 1598;
    - 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 РФ от 28.09.2020 г. №28;
    - 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 РФ от 28.01.2021 г. № 2;
- а также Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе программы, под редакцией В.Н. Шаулина «Физическая культура» (1-4 класс), и реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности во 2 классе.

**Цель** программы — развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений, разнообразных умений, способностей, качеств личности.

### **Задачи:**

- дать детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка;
- прививать интерес к занятиям, любовь к танцам;
- развивать танцевальные и музыкальные способности, память и внимание;
- дать представление о танцевальном образе;
- развивать выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- воспитывать культуру поведения и общения;
- развивать творческие способности;
- воспитывать умение работать в коллективе;
- развивать психические познавательные процессы — память, внимание, мышление, воображение;
- способствовать в организации здорового и содержательного досуга.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

В учебном плане учебный предмет «Ритмика» на этапе начального общего образования во 2 классе составляет 34 часа.

### **Общая характеристика учебного курса**

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Отличительными особенностями являются: Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.

В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом.

Программа нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных). Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования. И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей — не только способных и одаренных, но и в коррекционной работе с детьми, имеющими недостатки психического и физического развития.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца и предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу ритмики включены упражнения и движения классического, народного и балльного танцев, доступные детям 6-10 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.

*Занятия включают чередование различных видов деятельности:*

- музыкально - ритмические упражнения и игры,
- слушание музыки,
- тренировочные упражнения у станка и в партере,
- танцевальные элементы и движения,

творческие и самостоятельные задания

Ценность искусства танца - как способ познания красоты, гармонии, духовного мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека.

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. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий.

Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа по ритмике содержит 4 раздела: *«Ритмика-гимнастические упражнения»*; *«Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»*; *«Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»*; *«Народные пляски и современные танцевальные движения»*.

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырем разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению), имея в виду, что в начале и конце каждого урока должны выполняться упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

### Ритмико-гимнастические упражнения

Ритмико-гимнастические упражнения проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, переноску предметов и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации: шаги и прыжки через обруч, палку или качающийся канат, повороты на пальцах, бег между кеглями. Упражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять, стоя на обеих ногах или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют в заключительной фазе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: громкое и тихое звучание (громкое топанье и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопанье или поскоки); различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п.

При этом у детей вместе с воспитанием наблюдательности и внимания развивается быстрота реакции. В работе полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы, а также гимнастическую скамью (широкую и узкую), шведскую стенку и др.

### Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами

Для упражнений этого раздела используются детские музыкальные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны и др., а также любые другие звучащие предметы — погремушки, дудки, колокольчики, треугольники, ложки, хлопушки, самодельные коробки с горохом и т. п. (игрушечные пианино и гармошки не рекомендуются из-за их различной звуковысотной настройки и невозможности в связи с этим использования в детском оркестре). Большинство упражнений со звучащими инструментами проводится в сопровождении фортепиано или аккордеона.

Вначале дети знакомятся с каждым инструментом и с его возможностями в отдельности, учатся обращению с ним. Их упражняют в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т. п.). Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых музыкальных произведений, при этом дети должны обнаружить понимание сильной доли такта, слабых долей, простых мелких долей.

По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамблей и оркестра. Так, воспроизведение сильных долей можно поручить тем, кто играет на барабанах, а слабые доли исполняют другие ученики на погремушках или треугольниках.

### **Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку**

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Используемая музыка должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания; полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напевать или петь хором, сопровождая движения. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, например, «маятник», «деревья под ветерком», «полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны): несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, «змейкой», по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

### **Народные пляски и современные танцевальные движения**

В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения (не более четырех-пяти наименований за учебный год).

Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, терпеливо обращаться при смене и пере-

движке партнеров к тем ученикам, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение.

Следует добиваться, чтобы дети овладевали способностью свободно и непринужденно двигаться в танце. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить термины «шаг польки», «переменный шаг», «галоп» и др.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **Результаты изучения учебного предмета**

#### **Личностные результаты:**

- укрепление культурной, этнической и гражданской идентичности в соответствии с духовными традициями семьи и народа;
- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
- формирование личностного смысла постижения искусства и расширение ценностной сферы в процессе общения с ритмикой и хореографией.
- развитие мотивов танцевальной - учебной деятельности и реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) творчества.
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач, в том числе танцевальных.
- развитие духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов.

#### **Метапредметные результаты:**

- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;
- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни микро - и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.);
- овладение способностью к творческой реализации собственных творческих замыслов через понимание целей, выбор способов решения проблем поискового характера;
- применение знаково-символических средств для решения коммуникативных и познавательных задач;
- готовность к логическим действиям: анализ, сравнение, синтез, обобщение, классификация по стилям и жанрам танцевального искусства;
- планирование, контроль и оценка собственных учебных действий, понимание их успешности или причин неуспешности, умение корректировать свои действия;
- участие в совместной деятельности на основе сотрудничества, поиска компромиссов, распределения функций и ролей;
- умение воспринимать окружающий мир во всем его социальном, культурном, природном и художественном разнообразии.

#### **Предметные результаты:**

- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевально - творческой деятельности;
- развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов хореографических искусств, размышлять о танце и ритмике как о способе выражения духовных переживаний человека;



- общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;
- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;
- использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;
- готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.
- участие в создании театрализованных и танцевально-пластических композиций, импровизаций, театральных спектаклей, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИ-  
МЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела/темы</b>	<b>Количество часов на раздел/тему</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
1-6	Развитие музыкальности	6	<a href="http://atlas100.ru/">http://atlas100.ru/</a> .
7-12	Развитие двигательных качеств и умений	6	<a href="http://rodn-i-k.narod.ru/asb_prof.htm">http://rodn-i-k.narod.ru/asb_prof.htm</a> . <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
13-16	Развитие умений ориентироваться в пространстве	4	<a href="http://prof-buro.ru/rus/">http://prof-buro.ru/rus/</a> .
17-22	Развитие творческих способностей	6	<a href="https://paramult.ru/">https://paramult.ru/</a> .
23-28	Развитие и тренировка психических процессов	6	<a href="https://paramult.ru/">https://paramult.ru/</a> .
29-35	Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности	6	<a href="https://paramult.ru/">https://paramult.ru/</a> .
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ уро-ка	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятия
<b>1.Развитие музыкальности (6часов).</b>			
1.	Вводный урок. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	1	Беседа
2.	Развитие ритмического восприятия.	1	Беседа
3.	Развитие музыкальности.	1	Практическое занятие
4.	Основные танцевальные термины и позиции.	1	Дидактическая игра, беседа
5.	Танцевальные термины.	1	Занятие с элементами игры, беседа
6.	Музыкальные игры - этюды.	1	Игра - путешествие
<b>2.Развитие двигательных качеств и умений (6 часов).</b>			
7.	Танцевальная азбука.	1	Практическое занятие
8.	Танцевальная азбука	1	Практическое занятие
9.	Русский народный танец.	1	Практическое занятие
10	Основные движения русского народного танца.	1	Практическое занятие
11	Разучивание танцевальных элементов.	1	Практическое занятие
12	Виды шагов, прыжков.	1	Практическое занятие
<b>3.Развитие умений ориентироваться в пространстве (4 часа).</b>			
13	Изучение позиций и ориентировка в пространстве.	1	Практическое занятие
14	Построения и перестроения.	1	Практическое занятие
15	Развитие музыкальности и динамики.	1	Практическое занятие
16	Обобщающий урок	1	Практическое занятие
<b>4.Развитие творческих способностей (6 часов).</b>			
17	Развитие ритмического восприятия.	1	Беседа
18	Импровизация.	1	Беседа

19	Импровизировать в драматизации.	1	Практическое занятие
20	Образные танцы.	1	Практическое занятие
21	Раскрытие творческих способностей.	1	Беседа
22	Театрализация и танец.	1	Практическое занятие
<b>5. Развитие и тренировка психических процессов (6 часов).</b>			
23	Ритмичные упражнения с предметом.	1	Практическое занятие
24	Мимика и пантомимика.	1	Практическое занятие
25	Развитие музыкальной и двигательной памяти.	1	Беседа
26	Развитие эмоциональной сферы.	1	Беседа
27	Упражнения на пластику.	1	Практическое занятие
28	Пластичная гимнастика	1	Практическое занятие
<b>6. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности (7 часов).</b>			
29	Правила танцевального этикета.	1	Беседа
30	Танцевальные этюды.	1	Беседа
31	Развитие четкости.	1	Беседа
32	Классический экзерсис.	1	Практическое занятие
33	Партерная работа.	1	Беседа
34	Заключительный урок.	1	Беседа
	Итого	34	