

РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, ОКТЯБРЬСКИЙ РАЙОН, п. КАМЕНОЛОМНИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГИМНАЗИЯ № 20 ИМЕНИ С.С. СТАНЧЕВА

Утверждаю

Директор МБОУ гимназии № 20

им. С.С. Станчева п. Каменоломни

Приказ от 24.09 2020г. № 884

Острикова Л.Н.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА внеурочной деятельности «Ритмика и танец» на 2020-2021 учебный год

Начальное общее образование 1-А, 1-Б, 1-В классы

Количество часов: 1а-32ч., 1б-28ч., 1в-33ч.

УМК: Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие», Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, В.Г.Шершнев «От ритмики к танцу»: учебно-методический комплекс.

Учитель: Дядькова Марина Дмитриевна

(ФИО учителя)

(подпись)

1. Пояснительная записка

Согласно федеральному базисному учебному плану на изучение внеурочной деятельности «Ритмика и танец» в 1 классе отводится не более 33 часов из расчёта 1 час в неделю, 33 учебные недели.

В соответствии с календарным графиком работы МБОУ гимназии №20 им. С.С. Станчева, расписанием учебных занятий на 2020-2021 учебный год, производственным календарём на 2021г., утвержденным постановлением Правительства РФ, в связи с выпадением праздничных дней:

в 1а классе - 04.05.2021г. – 1 час, скорректировано общее количество учебных часов в сторону уменьшения на 1 час, что не отразится на выполнении учебной программы по внеурочной деятельности «Ритмика и танец» в 1а классе и количество данных часов составит – 31 ч.;

в 1в классе- 07.05.2021г. – 1 час, скорректировано общее количество учебных часов в сторону уменьшения на 1 час, что не отразится на выполнении учебной программы по внеурочной деятельности «Ритмика и танец» в 1в классе и количество данных часов составит – 32ч.

2. Планируемые результаты внеурочной деятельности «Ритмика и танец»

Личностные результаты:

- личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения курса «Ритмика и танец»:
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве;
- формирование внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям.
- наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. - любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивация 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;
- формирование самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах успеха/неуспеха;
- умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторимый сценический образ;
- знание моральных норм и формирование морально-этических суждений;
- развить чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности.

Метапредметные:

Регулятивные

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые задачи;
- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки;
- самовыражение ребенка в движении, танце,
- проявлять инициативу в учебном сотрудничестве;
- целеустремленность и настойчивость в достижении цели.

Познавательные

- выполнять задания после показа и словесной инструкции учителя;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- соблюдать темп движений;
- соблюдать любой ритм, заданный учителем.

Коммуникативные

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач

Предметными результатами внеурочной деятельности «Ритмика и танец» в 1 классе являются следующие умения:

Обучающийся научится:

- организованно строиться(быстро, точно);
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций;
- правильно выполнять упражнения «хороводный шаг», «приставной», «пружинистый шаг», «подскок»;
- различать основные характерные движения народных танцев.

Обучающийся получит возможность научиться:

- четко определять музыкальный ритм;
- слышать музыку и понимать команды;
- танцевать в заданном темпе;
- координировать движения;
- ориентироваться в пространстве;
- названия танцев, стилей и направлений;
- владеть сведениями о том, как и где создавались танцы;
- их значимость в обществе.

3. Содержание внеурочной деятельности «Ритмика и танец»

Танцевальное искусство с незапамятных времен занимало в жизни человека важное место. Создаваясь на протяжении многих столетий, танец стал подлинной художественной энциклопедией социальной жизни народа. Воспитание детей на высоких образцах классического, народного и бального танцев развивает у них высокий художественный вкус. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Программа направлена на гармоничное развитие личности, на формирование у воспитанников танцевальных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и

выразительность. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Предполагаемая рабочая программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца.

4. Тематическое планирование по внеурочной деятельности «Ритмика и танец» 1 класс

№/№	Тема	Количество часов
1.	Теоретические сведения	1ч.
2.	Специальные ритмические упражнения	4ч.
3.	Упражнения на связь движения с музыкой	3ч.
4.	Упражнения ритмической гимнастики	10ч.
5.	Подготовительные упражнения к танцам	5ч.
6.	Элементы танцев	4ч.
7.	Танцы	4ч.
8.	Музыкально-ритмические и речевые игры	2ч.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ СВЕДЕНИЯ

Из чего состоит музыка?

Характер музыки (марш, танец, песня). Что выражает (чувства, настроения) и что имитирует (шум моря, ветер и т.п.) музыка?

СПЕЦИАЛЬНЫЕ РИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Упражнения для развития правильной осанки, для профилактики плоскостопия.

Ритмическая ходьба с акцентом на счет 1, на счет 2, 3.

Ходьба с хлопками на счет 1,2; 1, 3; 2, 4; 3, 4.

Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.

Упражнения с движениями рук в процессе ритмической ходьбы.

Хлопки под коллективный счет.

Три хлопка перед собой, четвертый — над головой.

УПРАЖНЕНИЯ НА СВЯЗЬ ДВИЖЕНИЙ С МУЗЫКОЙ

Выполнение движений под пение и музыку в соответствии с характером музыкального произведения.

В ходьбе, беге на акцент в музыке выполнение движений руками, выпадов, поворотов, остановок.

Ходьба и бег в соответствии с характером музыки и ритмом музыкального сопровождения. Танцевальный бег (ход на полупальцах).

УПРАЖНЕНИЯ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ

Выполнение упражнений с предметами (короткой скакалкой, мешочками, погремушками) и без предметов.

Занятия ритмической гимнастикой связаны с функциональными возможностями организма детей. В содержании этих занятий преимущественно включаются общеразвивающие и специальные упражнения, направленные на коррекцию двигательных нарушений, развитие двигательных качеств.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ К ТАНЦАМ

Задача подготовительных упражнений — дать детям необходимые двигательные навыки, применяемые при обучении танцам. Все внимание детей должно быть направлено на

сознательное отношение к своим движениям. Перед обучением каком-либо танцевальному элементу детям предлагают выполнить ряд определенных подготовительных упражнений. Упражнение для ступни ног. Вставание на полупальцы. Выставление ноги на носок. Полуприседание. "Твердые и мягкие ноги". "Попрыгунчики". "Вежливый танец". Полуприседания. Упражнения для ступни. Вставание на полупальцы. Упражнения для развития тазобедренных суставов.

ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦЕВ

Выполнение элементов танцев помогает овладеть ходьбой, бегом и другими видами движений как средствами выражения простейших музыкально-двигательных образов. Выставление ноги на пятку и носок. "Петушок расплясался" (повторные три притопа). "Вежливый танец" (приставные шаги в сторону). "Танцуем галоп" (шаг бокового галопа, 1й вариант).

ТАНЦЫ

Использование танцев на занятиях по ритмике способствует развитию эстетического вкуса, стремлению детей к красивым, изящным движениям, любви к танцам.

Хоровод. Хлопки. Танец петрушек. Полька. Танец с хлопками. Парная полька.

МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ ИГРЫ

Музыкально-ритмические игры направлены на развитие чувства ритма, восприятия, речи и мышления, формирование волевых качеств ребенка.

Подвижные игры: "У медведя во бору", "Гуси-лебеди", "Салки простые", "Салки с приседанием", "Догони" ("Горелки"), "Мяч соседу", "Узнай по голосу", "Птички".

Музыкально-ритмические и речевые игры: «Мы пойдем на право», «Четыре шага» и др.

Календарно-тематическое планирование учебного материала по ритмике в 1 А классе

№	Тема	Дата
1	Обучение ритмики в 1 классе: цели и задачи. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев.	01.09.20
2	Понятие "ритмика". Основные движения, понятия.	08.09.20
3	ОРУ. Ритмическая ходьба на счет, с хлопками.	15.09.20
4	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	22.09.20
5	Специальные ритмические упражнения с проговариванием слов и с хлопками.	29.10.20
6	Упражнения с движением рук в процессе ритмической ходьбы.	06.10.20
7-8	Разучивание веселой разминки.	13.10.20 20.10.20
9	Подготовительные упражнения к танцам. Упражнения для ступни ног.	10.11.20
10	Подготовительные упражнения к танцам. Вставания на полупальцы.	17.11.20
11	Позиции рук. Основные правила.	24.11.20
12	Позиции ног. Основные правила.	01.12.20
13	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	08.12.20
14	Хоровод. Элементы танца.	15.12.20
15	Специальные ритмические упражнения. Разучивание танца с хлопками.	22.12.20
16	Специальные ритмические упражнения. Обучение приставному шагу.	12.01.21
17	Теоретические сведения. Беседа о технике безопасности на	19.01.21

	уроке, при разучивании танцев.	
18	Упражнения для улучшения гибкости коленных суставов. «Попрыгунчики».	26.01.21
19	Танцуем галоп. Разучивание шага приставного галопа.	02.02.21
20	Упражнения для ступней ног. Шаг с подскоком.	09.02.21
21	Ходьба и бег под музыку. Обучение прямому галопу.	02.03.21
22	Изображение музыкального произведения под музыку. Танец добрых зверей.	09.03.21
23	Музыкально-ритмические игры.	16.03.21
24	Ходьба и бег в соответствии с музыкой. Танец утят.	30.03.21
25	Специальные ритмические упражнения. Разучивание танца петрушек.	06.04.21
26-27	Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений. Упражнения для развития позвоночника	13.04.21 20.04.21
28	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). Повторение движений под музыку.	27.04.21
29	Повторение движений под музыку.	04.05.21
30	Танец “Ладошки”. Основные движения, переходы в позиции	11.05.21
31	Подвижные игры на воздухе. Музыкально-ритмические игры.	18.05.21
32	Подведение итогов	25.05.21

**Календарно-тематическое планирование
учебного материала по ритмики в 1Б классе**

№	Тема	Дата
1	Обучение ритмики в 1 классе: цели и задачи. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев.	07.09.20
2	Понятие “ритмика”. Основные движения, понятия.	14.09.20
3	ОРУ. Ритмическая ходьба на счет, с хлопками.	21.09.20
4	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	28.09.20
5	Специальные ритмические упражнения с проговариванием слов и с хлопками.	05.10.20
6	Упражнения с движением рук в процессе ритмической ходьбы.	12.10.20
7	Разучивание веселой разминки.	19.10.20
8	Подготовительные упражнения к танцам. Упражнения для ступни ног.	09.11.20
9	Подготовительные упражнения к танцам. Вставания на полупальцы.	16.11.20
10	Разучивание веселой разминки.	23.11.20
11	Позиции рук. Основные правила.	30.11.20
12	Позиции ног. Основные правила.	07.12.20
13	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	14.12.20
14	Хоровод. Элементы танца.	21.12.20
15	Специальные ритмические упражнения. Разучивание танца с хлопками.	11.01.21
16	Теоретические сведения. Приставной шаг	18.01.21
17	Упражнения для улучшения гибкости коленных суставов.	25.01.21

	«Попрыгунчики»	
18	Танцуем галоп. Разучивание шага приставного галопа	01.02.21
19	Танцуем галоп. Разучивание шага приставного галопа.	08.02.21
20	Упражнения для ступней ног. Танец добрых зверей	01.03.21
21	Музыкально-ритмические игры.	15.03.21
22	Ходьба и бег в соответствии с музыкой. Танец утят.	29.03.21
23	Специальные ритмические упражнения. Разучивание танца петрушек.	05.04.21
24	Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений. Упражнения для развития позвоночника	12.04.21
25	Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений. Упражнения для развития позвоночника	19.04.21
26	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку). Повторение движений под музыку.	26.04.21
27	Основные движения танца “Полька”.	17.05.21
28	Подведение итогов	24.05.21

**Календарно-тематическое планирование
учебного материала по ритмики в 1В классе**

№	Тема	Дата
1	Обучение ритмики в 1 классе: цели и задачи. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев.	04.09.20
2	Понятие “ритмика”. Основные движения, понятия.	11.09.20
3	ОРУ. Ритмическая ходьба на счет, с хлопками.	18.09.20
4	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	25.09.20
5	Специальные ритмические упражнения с проговариванием слов и с хлопками.	02.10.20
6	Упражнения с движением рук в процессе ритмической ходьбы.	09.10.20
7-8	Разучивание веселой разминки.	16.10.20 23.10.20
9	Подготовительные упражнения к танцам. Упражнения для ступни ног.	06.11.20
10	Подготовительные упражнения к танцам. Вставания на полупальцы.	13.11.20
11	Позиции рук. Основные правила.	20.11.20
12	Позиции ног. Основные правила.	27.11.20
13	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	04.12.20
14	Хоровод. Элементы танца.	11.12.20
15	Разучивание веселой разминки	18.12.20
16	Специальные ритмические упражнения. Разучивание танца с хлопками.	25.12.20
17	Специальные ритмические упражнения. Обучение приставному шагу.	15.01.21
18	Теоретические сведения. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев.	22.01.21
19	Упражнения для улучшения гибкости коленных суставов. «Попрыгунчики».	29.01.21
20	Танцуем галоп. Разучивание шага приставного галопа.	05.02.21

21	Упражнения для ступней ног. Шаг с подскоком.	12.02.21
22	Ходьба и бег под музыку. Обучение прямому галопу.	26.02.21
23	Изображение музыкального произведения под музыку. Танец добрых зверей.	05.03.21
24	Музыкально-ритмические игры.	12.03.21
25	Ходьба и бег в соответствии с музыкой. Танец утят.	19.03.21
26	Специальные ритмические упражнения. Разучивание танца петрушек.	02.04.21
27- 28	Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений. Упражнения для развития позвоночника	09.04.21 16.04.21
29	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку).	23.04.21
30	Танец “Ладочки”. Основные движения, переходы в позиции	30.04.21
31	Повторение движений под музыку	07.05.21
32	Музыкально-ритмические игры.	14.05.21
33	Подвижные игры на воздухе. Подведение итогов.	21.05.21

РАССМОТРЕНО
протокол заседания
методического объединения
МБОУ гимназии №20
от 31.08.2020 № 1
Руководитель МО
Адамова Е.А.
подпись ФИО

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
Жмурина О.А.
подпись ФИО
31.08.2020 г.
дата

Лист корректировки рабочей программы

Согласно учебному плану МБОУ гимназии №20 имени С.С. Станчева на 2020-2021 учебный год, годовому календарному учебному графику, расписанию учебных занятий, производственным календарем на 2021г., утвержденным постановлением Правительства РФ рабочая программа по внеурочной деятельности «Ритмика и танец» в 1-х классах рассчитана не более, чем на 33 часа.

В соответствии Указом Президента РФ от 23.04.2021г. №242 «Об установлении на территории Российской Федерации нерабочих дней в мае 2021г.» рабочая программа по внеурочной деятельности «Ритмика и танец» в 1-х классах будет скорректирована, что не отразится на выполнении учебной программы «Ритмика и танец»: в 1а классе по плану – 32ч., дано- 31ч.; в 1б классе по плану –28ч., дано –28ч.; в 1в по плану 33ч., дано-32ч.