**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Июсская средняя общеобразовательная школа»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рекомендовать к утверждению»:  Руководитель ШМО учителей физической культуры, ОБЖ, музыки, изобразительного искусства и технологии МБОУ «Июсская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_Лалетина А.В.  Протокол № 1 от 25.08.2016г. | «Согласовано»:  Заместитель директора по УВРМБОУ «Июсская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ГаппельГ. И.  Протокол МС от 29.08.2016г | «Утверждено»:  Директор МБОУ «Июсская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_Михайлова Т. С.  Приказ № 66 от 31.08.2016г. |

**Рабочая программа**

по внеурочной деятельности

«Ритмика»

направление «Спортивно-оздоровительное»

для 2,4 класса

на 2016- 2017 учебный год

Cоставитель:

Моисеева К.В.

учитель

математики

с. Июс

2016 г

**Пояснительная записка**

Рабочая программа к курсу «Ритмика» для 2,4 классов составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями), Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ МО и Н РФ от 06.10.2009 № 373), Законом Республики Хакасия от 05.07.2013 N 60-ЗРХ "Об образовании в Республике Хакасия" (с последующими изменениями), с учетом мнения совета обучающихся, совета родителей (законных представителей).

**Общая характеристика**

Курс «Ритмика» направлен на формирование общей культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Идея курса заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни.

**Актуальность** Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудности организации здоровьесберегающего обучения школьников.

Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

**Новизна  курса внеурочной деятельности «Ритмика» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического здоровья.**

**Цель:** создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения ритмике.

**Задачи:**

**-**формировать укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребёнка;

-развивать основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма; эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков; композиционных перестроения рисунков-фигур;

-использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

**Описание ценностных ориентиров содержания курса**

Ценность истины - это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

Ценность свободы как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

Ценность гражданственности - осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России,  народу, в осознанном желании служить Отечеству.

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

**Место курса в учебном плане**

В соответствии с учебным планом МБОУ "Июсская СОШ" на 2016 -2017 учебный год занятие по внеурочной деятельности МБОУ "Июсская СОШ" в 2, 4 классе отводится 34 часа, из расчета 1 час в неделю (34 недели).

**Содержание курса (34 часа)**

**Раздел 1. Хореография разных народов (28 часов)**

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. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

**Раздел 2. Танцевальные упражнения (6 часов)**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спо­койный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Под­прыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для де­вочек - движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Танцы и пляски, народные игры-танцы

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

**Знать, уметь:**

-готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

-под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

-ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

-ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дис­танций, не сужая круг и, не сходя с его линии;

-ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

-соотносить темп движений с темпом музыкального про­изведения;

-выполнять игровые и плясовые движения;

-выполнять задания после показа и по словесной инст­рукции учителя

-начинать и заканчивать движения в соответствии со зву­чанием музыки.

**Планируемые результаты освоения курса**

**Личностные результаты**:

Сформированность 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. Развитие эстетического вкуса, культуры общения художественно творческой и танцевальной способности.

**Метапредметные результаты**:

-в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

-накопление представлений о ритме, синхронном движениии.

-наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности;

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

-соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

-выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

-начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

-умение координировать свои усилия с усилиями других;

-задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

**Предметные результаты:**

-Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

-Научатся играть в различные виды игр;

- Умение применять танцевальные комбинации самостоятельно.

**Система оценки достижения планируемых результатов**

Низкий уровень: умение применять танцевальные комбинации при организации досуга, пассивное участие в соревнованиях между классами начальной школы.

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение применять танцевальные комбинации при организации досуга, участие в соревнованиях, эстафетах между классами начальной школы.

Высокий уровень: свободное владение теоретической информацией по курсу, умение применять танцевальные комбинации при организации досуга, активно принимать участие в мероприятиях, конкурсах, соревнованиях.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Тема занятия** | **Теория** | | | | | **Практика** | **Дата** | | | | | **Примечание** |
| **План** | **Факт** | | | |  |
| **1 четверть**  **Раздел 1. Хореография разных народов (28 часов)**  **Планируемые результаты**  **Универсальные учебные действия**  **Познавательные:** рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.  **Регулятивные:** обеспечивают обучающимся организацию своей учебной деятельности. К ним относятся: целеполагание, как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; планирование - определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий.  **Коммуникативные:** умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; умение слушать и слышать друг друга; умение согласованно выполнять совместную деятельность, распределять роли, взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться.  **Личностные:** ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «родина», «природа», «семья», уважать к своей семье, к своим родственникам, любовь к родителям; освоить роли ученика; формирование интереса (мотивации) к обучению | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев | | 1 |  | | | | | 07.09 | |  |  | | |
| 2 | Разминка | |  | 1 | | | | | 14.09 | |  |  | | |
| 3 | Общеразвивающие упражнения. Осанка | |  | 1 | | | | | 21.09 | |  |  | | |
| 4 | Общеразвивающие упражнения. Положение рук, ног | |  | 1 | | | | | 28.09 | |  |  | | |
| 5 | Танец «Полька». Знакомство с основным содержание танца | |  | 1 | | | | | 05.10 | |  |  | | |
| 6 | Танец «Полька». Галоп по линии танца, подскоки по линии танца | |  | 1 | | | | | 12.10 | |  |  | | |
| 7 | Танец «Полька» Хлопушки и прыжки | |  | 1 | | | | | 19.10 | |  |  | | |
| 8 | Тренировочный танец “Ладошки”. Основное содержание | |  | 1 | | | | | 26.10 | |  |  | | |
| **2 четверть** | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Тренировочный танец “Ладошки”. Основные движения, переходы в позиции рук | |  | | 1 | | | | 09.11 | |  | |  | |
| 10 | Разминка | |  | | 1 | | | | 16.11 | |  | |  | |
| 11 | Движения по линии танца | |  | | 1 | | | | 23.11 | |  | |  | |
| 12 | Движения по линии танца на носках, на пяточках,  шаги с вытянутого носка | |  | | 1 | | | | 30.11 | |  | |  | |
| 13 | Танец по типу «Вару -Вару». Основное содержание танца | |  | | 1 | | | | 07.12 | |  | |  | |
| 14 | Танец по типу «Вару - Вару». Разучивание движений | |  | | 1 | | | | 14.12 | |  | |  | |
| 15 | Танец по типу «Вару -Вару» | |  | | 1 | | | | 21.12 | |  | |  | |
| 16 | Элементы народной хореографии: ковырялочка | |  | | 1 | | | | 28.12 | |  | |  | |
| **3 четверть** | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Элементы народной хореографии | |  | | 1 | | | | 11.01 | |  | |  | |
| 18 | Разминка | |  | | 1 | | | | 18.01 | |  | |  | |
| 19 | Общеразвивающие упражнения | |  | | 1 | | | | 25.01 | |  | |  | |
| 20 | Общеразвивающие упражнения. «Цапля» | |  | | 1 | | | | 01.02 | |  | |  | |
| 21 | Танец по типу « Диско». Основное содержание | |  | | 1 | | | | 08.02 | |  | |  | |
| 22 | Танец по типу « Диско». Пружинка, треугольник | |  | | 1 | | | | 15.02 | |  | |  | |
| 23 | Танец по типу «Диско». Дорожки | |  | | 1 | | | | 22.02 | |  | |  | |
| 24 | Танец по типу «Диско». Позиции рук | |  | | 1 | | | | 01.03 | |  | |  | |
| 25 | Танец по типу «Диско». Закрепление | |  | | 1 | | | | 15.03 | |  | |  | |
| 26 | Движения по линии танца | |  | | 1 | | | | 22.03 | |  | |  | |
| **4 четверть** | | | | | | | | | | | | | | |
| 27 | Упражнения для улучшения гибкости | |  | | | | 1 | | 05.04 | |  | |  | |
| **Раздел 2. Танцевальные упражнения (6 часов)**  **Планируемые результаты**  **Универсальные учебные действия**  **Познавательные:** рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.  **Регулятивные:** обеспечивают обучающимся организацию своей учебной деятельности. К ним относятся: целеполагание, как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; планирование - определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий.  **Коммуникативные:** умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; умение слушать и слышать друг друга; умение согласованно выполнять совместную деятельность, распределять роли, взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться.  **Личностные:** ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «родина», «природа», «семья», уважать к своей семье, к своим родственникам, любовь к родителям; освоить роли ученика; формирование интереса (мотивации) к обучению | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | Движения по линии танца. Позиции европейских танцев | |  | | | 1 | | | 12.04 |  | | |  | |
| 29 | Движения по линии танца. Углы поворотов | |  | | | 1 | | | 19.04 |  | | |  | |
| 30 | Разучивание танцевальных композиций по выбору педагога | |  | | | 1 | | | 26.04 |  | | |  | |
| 31 | Разучивание танцевальных композицией для смотра знаний | |  | | | 1 | | | 03.05 |  | | |  | |
| 32 | Разучивание танцевальных композицией для смотра знаний | |  | | | 1 | | | 10.05 |  | | |  | |
| 33 | Разучивание танцевальных композицией для смотра знаний | |  | | | 1 | | | 17.05 |  | | |  | |
| 34 | Закрепление танцевальных композиций | |  | | | 1 | | | 24.05 |  | | |  | |