

**ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДИЩЕНСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.СТАРЫЕ ТУРДАКИ
(МБОУ ООШ с.Ст.Турдаки)**

**442303, Пензенская область, Городищенский район,
с.Старые Турдаки, ул.Полевая, д.3-а
телефон (8-415) 82-41-60 E-mail: mouoosh-turdaki@mail.ru
ОКПО 50561560, ОГРН 1025800744408
ИНН/КПП 5812004664/581201001**

Рассмотрено на заседании
МО учителей-предметников
Протокол № 6 от 24.06.2024 г.

Принято на педагогическом
совете
Протокол № 11 от 24.06.2024 г.



**Рабочая программа
внеурочной деятельности**

«Ритмика»

Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» для 5-9 классов разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;

В соответствии с планом внеурочной деятельности школы на 2023-2024 учебный год на изучение данной программы выделено: 5-9 класс-34 ч. (1 час в неделю).

Предлагаемая система практических заданий позволит педагогу повысить физическую активность детей, развить новые познания в разных жанрах музыки и танца, выполнение музыкальных игровых заданий увеличивает эффективность обучения школьников двигательным действиям на фоне оптимальной двигательной активности и повышения двигательного опыта.

Актуальность данной программы состоит в биологически необходимом объеме движений для младших школьников, смене умственного процесса на физическую деятельность, снижения утомляемости учащихся и активизации малоподвижных учащихся.

Цель программы:

Приобщение школьников к миру танца, развитие творческих и индивидуальных способностей учащихся.

Задачи образовательной программы:

- Развивать творческие способности и индивидуальные особенности учащихся.
- Формировать у учащихся танцевальные знания и навыки.
- Развивать чувство ритма и музыкальный слух, гибкость и пластичность тела, ассоциативность, образность творческого мышления.
- Формировать навыки конструктивного общения и толерантного поведения, умение понимать и анализировать свое эмоциональное состояние.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

- развивать индивидуальные особенности;
- формировать танцевальные навыки и знания;
- формировать ассоциативное образное мышление.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД

- осваивать рациональный отбор учебного материала;
- формировать интерес к самостоятельной деятельности;
- осваивать формы познавательной и личностной рефлексии

Познавательные УУД

- учиться использовать полученные знания;
- развивать выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развивать танцевальные и музыкальные способности.

Коммуникативные УУД

- учиться выражать через танец чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром;
- формировать мотивацию к работе на результат;
- воспитывать культуру поведения и общения.

Форма промежуточной аттестации :

выполнение задания учителя, работас карточками, выполненбиет творческого задания.

Формой подведения итогов реализации программы является: постановка хореографического номера.

Содержание курса внеурочной деятельности

Тема №1. Введение. Беседа о целях и задачах обучения, знакомство с правилами по технике

безопасности во время проведения занятий..

Тема № 2. Азбука музыкального движения. Понятия о жанрах: марш, песня, танец.

Понятия о темпе (медленный, быстрый, умеренный); о характере мелодий (веселая – грустная, плавная–отрывистая, торжественная, изящная). Понятия о такте и затакте.

Музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4. Логика поворота вправо, влево.

Практическая часть: слушание и анализ музыки, определение темпа и характера мелодии, движения в темпе и характере, определение музыкального размера, повороты вправо, влево, выделение сильной доли. Музыкально-пространственные упражнения. Перестроения и продвижения.

Тема № 3. Ритмические упражнения. Упражнения на сгибание-разгибание кисти, локтя, плечевого пояса. Упражнения на растяжения ахилла, подъема стопы. Упражнения на развитие гибкости спины. Упражнения на развитие пресса. Изучение подскоков, шага «галоп», папольки. Повороты с работой рук. Прыжки. Наклоны корпуса в сторону и вперед с работой рук. Вращения на месте и по диагонали

Тема № 4. Танцевальные игры и танцы. Шаги «Джазовый квадрат». Шаги «Джазовый квадрат» в повороте. Танцевальные игры на импровизацию «Мы вместе», «Ты в танце».

Изучение вальсовой дорожки, тура вальса, приставного шага, переменного шага.

Изучение танцев полонез, фигурный вальс. Танец «Сударушка». Танец «Флешмоб». Вальс «Прощай, школа».

Тематическое планирование

№ п/п	Название тем и разделов.	Кол-во часов	
		теория	практика
1	Введение. Вводное занятие «Знакомство.	1	
2	Азбука музыкального движения. Маршировка в темпе и ритме музыки. Исполнение заданных движений в характере музыки Музыкально-пространственные упражнения. Перестроения и продвижения. Построения в круг, диагональ		5 1 1 1 1 1 1
3	Ритмические упражнения.		10

	Круговые вращения кистью, локтем, плечом.		1
	Упражнения на растяжение подъема		1
	Упражнения Кошечка, Волна.		1
	Упражнение перекаты. Растяжка.		1
	Шаг вальса .		1
	Шаг вальса.		1
	Повороты вальса		1
	Движения вальса		1
	Вращения на месте и по диагонали.		1
	Повороты.		1
4	Танцевальные игры и танцы.		18ч
	Шаги «Вальс».		1
	Шаги «Вальс» в повороте.		1
	Танцевальная игра «Мы вместе».		1
	Танцевальная игра «Ты в танце» (на импровизацию).		1
	Переменный шаг.		1
	Приставной шаг		1
	Вальсовая дорожка.		2
	Тур вальса.		2
	Танец «Вальс».		1
	Танец «Фигурный вальс».		4
	Танец «Флешмоб».		
	Итого		34 ч.