Муниципальный район «Вилюйский улус (район)

Республики Саха (Якутия).

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Кысыл-Сырская средняя общеобразовательная школа».

Рассмотрено Утверждаю:

на заседании МО: \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Директор МБОУ КССОШ

протокол №\_\_\_\_\_ Икоева А.З.

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020 г.

**Рабочая программа**

**по внеурочной деятельности**

**«Ритмика»**

**на 2020-2021 учебный год.**

Составила: учитель начальных классов

Семенова Лаурита Егоровна

Классы: 2 «б»

Количество часов в неделю: 1.

Всего: 31.

п. Кысыл-Сыр 2020 г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Ритмика» во 2 классе разработаны на основе федеральных и региональных нормативных правовых документов:

- Федерального Закона от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.03.2016; с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (в ред. изменений № 1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.06.2011 № 85, изменений № 2, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 25.12.2013 № 72, изменений № 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 № 81);

- Приказа Минобрнауки России от 05.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.2012 № 1060, от 29.12.2014 № 1643);

- Приказа Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644);

- Приказа Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (в ред. от 13.12. 2013, от 28.05.2014, от 17.07.2015);

- Приказа Минобрнауки России от 09.01.2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказа от 31.12.2015 № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373»;

- Приказа от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897»;

- Приказ Министерства образования и науки РС(Я) №01-03/309 от 11.05.2020г. «Об организации образовательного процесса в условиях режима повышенной готовности на территории РС(Я) и мерах по противодействию распространения новой коронавирусной инфекции (СОVID-19)».

Рабочая программа внеурочной деятельности кружка «Ритмика» для 2 класса составлена, исходя из продолжительности учебного года в 34 недель, на 34 часов учебного времени, 1 час в неделю. В соответствии с календарным учебным графиком на 2020-2021 уч.год и расписание занятий 2020-2021 уч.года МБОУ «Кысыл-Сырской СОШ», в 2 «б» классе 3 занятия совпадают с праздничными днями (08.03.21г., 03.05.21г., 10.05.21г.), поэтому программа рассчитана на 31 час. Занятия, выпавшие на праздничные дни, будут реализованы за счёт уплотнения программного материала.

**Планируемые результаты освоения учебного курса**

**Личностные результаты**

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации 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.

**Метапредметные результаты**

* **Регулятивные**
* Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
* учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
* планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
* самовыражение ребенка в движении, танце.
* **познавательные**

Учащиеся должны уметь:

* понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
* правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».
* **коммуникативные**
* учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
* формулировать собственное мнение и позицию;
* договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
* умение координировать свои усилия с усилиями других.

**Содержание учебного кружка**

**Упражнения на ориентировку в пространстве**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места.

**Ритмико-гимнастнческие упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.*Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения *с*лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.  
*Упражнения на координацию движений.*Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью. Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение) Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

*Упражнения на расслабление мышц.*Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

**Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

**Танцевальные упражнения**

Повторение элементов танца. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

**Календарно-тематическое планирование:**

**«Ритмика. 2 класс» (32ч)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **№** | **Название темы** | **Кол-во часов** | | **Календарные сроки** | |
| **План.** | **Факт.** |
| 1 | Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки | 1 | | 07.09 |  |
| 2-3 | Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий) | 2 | | 14.09  21.09 |  |
| 4-5 | Игры под музыку | 2 | | 28.09  05.10 |  |
| 6 | Общеразвивающие упражнения. | 1 | | 12.10 |  |
| 7 | Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный). | 1 | | 19.10 |  |
| 8 | Движения на развитие координации. Бег и подскоки. | 1 | | 26.10 |  |
| 9 | Разминка. Музыкально — танцевальные игры. | 1 | | 09.11 |  |
| 10-11 | Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4. | 2 | | 16.11  23.11 |  |
| 12 | Игры под музыку. Танцевальные импровизации. Постановка танцевальной композиции. | 1 | | 30.11 |  |
| 13 | Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции. | 1 | | 07.12 |  |
| 14 | Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180º и обратно. | 1 | | 14.12 |  |
| 15 | Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды | 1 | | 21.12 |  |
| 16 | Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног. | 1 | | 11.01 |  |
| 17-19 | Общеразвивающие упражнения без предметов | 3 | | 18.01  25.01  01.02 |  |
| 20-21 | Упражнения для улучшения гибкости | 2 | | 08.02  15.02 |  |
| 22-23 | Общеразвивающие упражнения с предметами | 2 | | 22.02  01.03 |  |
| 24-25 | Подвижные игры. Образные танцы (игровые) | 2 | | 15.03  29.03 |  |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 | | 05.04 |  |
| 27-30 | Упражнения на развитие осанки | 4 | | 12.04  19.04  26.04  17.05 |  |
| 31 | Общеразвивающие упражнения. Репетиция танца | 1 | | 24.05 |  |
|  | **ИТОГО: 31 ч.** | 3 | |  |  |