Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Протокол заседания методического объединения МБОУ СОШ №2  от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_года №\_\_\_\_\_\_    Руководитель МО классных руководителей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_/  Подпись Ф.И.О. | СОГЛАСОВАНО  Зам. директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  Подпись Ф.И.О.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_года | УТВЕРЖДАЮ  директор МБОУ СОШ № 2  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  Подпись Ф.И.О.  Приказ от\_\_\_\_\_\_ №\_\_\_\_\_ |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

« РИТМИКА »

Направление « Спортивно-оздоровительное »

для 1 б класса

**Составитель:**

Карпунина Виктория Олеговна

педагог дополнительного образования

2014 - 2015 учебный год

**1 Пояснительная записка**

**Данная рабочая программа по внеурочной деятельности "Ритмика"1 класс, составлена на основе нормативно - правовой базы:**

* + - * Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273 – ФЗ)
* Федеральным государственным образовательным стандартом, утверждённым приказом Министерства образования и науки от 06 октября 2009 г.№373.
* Примерным региональным положением об организации внеурочной деятельности обучающихся в общеобразовательных учреждениях Ростовской области от 20 июля2012 г. №668.
* Уставом МБОУ сош №2 и регламентирует порядок разработки и реализации рабочих программ по внеурочной деятельности.
* Локальный акт МБОУ СОШ №2 "Положение о порядке утверждения и структуре рабочих программ внеурочной деятельности".
* На основе авторской программы «Ритмика», автор Е.И.Мошковой .

Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Рост числа заболеваний среди школьников за последние годы стремительно набирает темпы. Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудности организации здоровье сберегающего обучения школьников, особенно младших классов. На современном этапе актуальной становится задача обеспечения школьного образования без потерь здоровья учащихся. Всемирная организация здравоохранения определила здоровье как состояние “полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов”. Физические движения –это естественно-биологический метод, в основе которого лежит обращение к основной биологической функции организма – мышечному движению. Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

**Психолого-педагогические принципы**

Программа опирается на развивающую парадигму, представленную в виде системы психолого-педагогических принципов:

а) Личностно ориентированные принципы (принцип адаптивности, принцип развития, принцип психологической комфортности).

б) Культурно-ориентированные принципы (принцип целостности содержания образования, принцип систематичности, принцип ориентировочной функции знаний, принцип овладения культурой).

в) Деятельностно-ориентированные принципы (принцип обучения деятельности, принцип управляемого перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности ученика

**Цели и задачи реализации учебного предмета**

**Целью** данной программы является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих **образовательных задач**:

- Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма

- Совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям

- Развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора

- Формирование общих представлений о культуре движений

- Формирование культуры общения между собой и окружающими

- Воспитание организованной, гармонически развитой личности.

- Развитие основы музыкальной культуры

- Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях.

- Развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности,

- Развитие умения определять музыкальные жанры (танец, марш, песня), виды ритмики (танец, игра, упражнение), понимать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки; быстрый, средний, медленный темп; громкая, умеренно-громкая,тихая музыка и т.д.).

- Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях

**Объем программы:**На реализацию курса отводится 2 час в неделю ( 1 класс – 64 часа в год)

**Режим занятий** обусловлен нормативно-правовой базой общеобразовательной, ориентированной на обучение детей младшего школьного возраста. Занятия проводятся 2 раз в неделю по 30-40 минут.

Курс внеурочной интегрированной деятельности «Ритмика» рассчитан на работу с детьми младшего школьного возраста на основе приобщения к традиционным культурным ценностям. Он посвящён процессу овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением.

Основные формы работы на занятии: индивидуальные, групповые и коллективные (игровая деятельность).  
**2. Содержание курса**

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание курса**  **разделы** | **Кол-во часов** | **Перечень универсальных действий обучающихся** | | |
| 1.**Музыкальное воспитание** | 22 | Личностные | Метопредметные | Предметные |
| **Знать**  – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;  - правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.  - правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.  **Уметь**  -  анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.  -соблюдать правила поведения в танц. Классе и дисциплину;  - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).  -  выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой  и игровой деятельности.  **Применять**  - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия ;  -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. | **Знать**  - знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.  - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.  **Уметь**  - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей          -   адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей  - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;  - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельноности;  **Применять**  -полученные сведения о многообразии танцевального искусства  красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения.  Способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья | **Знать**  - необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;  танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты  **Уметь**  - работать с танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник;   * импровизировать; * работать в группе, в коллективе. * выступать перед публикой, зрителями.   **Применять**  - самостоятельно выбирать, организовывать  небольшой творческий проект  -иметь первоначальный  опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания. |
| 2. **Ознакомление с художественной литературой** | 24 |
| 3 **Ознакомление с окружающим** | 18 |

**3 Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятий** | **дата** | | | **Кол-во часов** | **Описание примерного содержания занятий** |
| **план** | **факт** | |
| **Раздел 1: Музыкальное воспитание 22 ч** | | | | | | |
| 1-2 | Вводное занятие. Беседа об опасности неправильного выполнения движений. Разминка на постановку корпуса. | 2.09 | | 2.09 | 2 | дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями |
| 3-4 | Разминка. Постановка корпуса разучивание позиций рук. | 09.09. | | 09.09. | 2 | выполнения специальных упражнений под музыку ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями |
| 5-6 | Разминка. Постановка корпуса разучивание позиций ног. | 16.09 | | 16.09 | 2 | перестроения с образованием кругов, квадратов |
| 7-8 | Разминка. Постановка корпуса движение рук и ног вместе. | 23.09 | | 23.09 | 2 | движения к определенной цели и между предметами |
| 9-10 | Направления движения. Ход лицом и спиной. | 30.09 | | 30.09 | 2 | с образованием «звездочек», «каруселей» |
| 11-12 | Углы поворотов на носках. | 07.10 | | 07.10 | 2 | движения к определенной цели и между предметами |
| 13-14 | Галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног. | 14.10 | | 14.10 | 2 | развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем. |
| 15-16 | Перестроения. «Линии». | 21.10 | | 21.10 | 2 | движения к определенной цели и между предметами |
| 17-18 | Перестроения. «Змейка». | 11.11 | |  | 2 | движения к определенной цели и между предметами |
| 19-20 | «Хоровод». Перекаты стопы. | 18.11 | |  | 2 | выполнения специальных упражнений под музыку |
| 21-22 | Перестроения, «Шахматы». | 25.11 | |  | 2 | движения к определенной цели и между предметами |
| **Раздел 2: Ознакомление с художественной литературой 24 ч** | | | | | | |
| 23-24 | Движения на развитие координации. | 02.12 |  | | 2 | Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами . |
| 25-26 | Ходьба с координацией рук и ног. | 09.12 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 27-28 | Бег и подскоки. | 16.12 |  | | 2 | Движения под музыку |
| 29-30 | Элементы асимметричной гимнастики. | 23.12 |  | | 2 | Движения под музыку |
| 31-32 | Упражнения на развитие тела под музыку. | 13.01 |  | | 2 | воспринимают и оценивают характер музыки(веселая, грустная) |
| 33-34 | Красота движений. | 20.01 |  | | 2 | спо­собность переживать содержание музыкального образа. |
| 35-36 | Упражнения для развития позвоночника. | 27.01 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 37-38 | Закрепление изученных упражнений. | 03.02 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 39-40 | Проверка ориентации. Танец «Стирка». | 10.02 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 41-42 | «Я – герой сказки». Любимый персонаж (имитация под музыку). | 24.02 |  | | 2 | спо­собность переживать содержание музыкального образа. |
| 43-44 | Основные движения, переходы в позиции рук. | 03.03 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 45-46 | Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка. | 10.03 |  | | 2 | спо­собность переживать содержание музыкального образа. |
| **Раздел 3: Ознакомление с окружающим. 18 ч.** | | | | | |  |
| 47-48 | Музыкально-ритмические игры: «Коршун и курица». | 17.03 |  | | 2 | воспитания положи­тельных качеств личности |
| 49-50 | Музыкально-ритмическая игра: «Магазин игрушек». | 31.03 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 51-52 | Упражнения на выстукивание под музыку. | 07.04 |  | | 2 | приобретают навыки органи­зованных действий, дисциплинированности, учатся вежли­во обращаться друг с другом. |
| 53-54 | Отработка упражнений. | 14.04 |  | | 2 | Закрепление изученных упражнений |
| 55-56 | Закрепление изученного. | 21.04 |  | | 2 | Закрепление и повторение изученных упражнений |
| 57-58 | Общеразвивающие упражнения. | 28.04 |  | | 2 | Ходьба с флажками в руке |
| 59-60 | ОРУ: перекаты с попы. | 05.05 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 61-62 | Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные). | 12.05 |  | | 2 | Развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. |
| 63-64 | Музыкально-ритмическая игра: «Я и мир вокруг». | 19.05 |  | | 2 | закрепляют навыки органи­зованных действий, дисциплинированности, учатся вежли­во обращаться друг с другом. |
| **Итого:** | | | | | 64 |  |

**4. Информационно-методическое обеспечение.**

*Материальные средства:*

- магнитофон;

- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;

- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке

- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);

- наглядные демонстрационные пособия;

- коврики для выполнения упражнений, мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

**5. Панируемые результаты**

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Ритмика». К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

**- личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей

**- метапредметные результаты** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий

**- предметные результаты** – выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.