

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
классных руководителей  
Протокол № 3  
от « 11 » 01 2019 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по ВР  
Боярских Е.И. *Е.И. Боярских*  
« 11 » 01 2019 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
МАОУ «Голышмановская СОШ №2»  
Казанцева Н.И. *Н.И. Казанцева*  
Приказ № 11 от « 11 » 01 2019 г.



Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Весёлая ритмика»  
3 класс

Автор-составитель: учитель начальных классов  
Пономарёва Наталья Леонидовна

р.п.Голышманово

### Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Ритмика»

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Ритмика».

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

#### Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

#### Метапредметные результаты

##### • регулятивные

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

##### • познавательные

- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;

- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
- **коммуникативные**
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.
- **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.

### Содержание курса внеурочной деятельности

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Игроритмика	2
3	Игрогимнастика	6
4	Игротанцы	8
5	Танцевально-ритмическая гимнастика	3
6	Игропластика	3
7	Музыкальные игры	4
8	Игры-путешествия	4
9	Креативная гимнастика	3
	Всего	34

Ведущей формой организации занятий является *групповая*. Наряду с групповой формой осуществляется *дифференцированный и индивидуальный подход* к детям. А также:

- словесные методы (объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку);
- метод целостного освоения (двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные упражнения)
- метод расчленения (упражнение можно приостановить в любой фазе для уточнения двигательного действия);

### Календарно-тематическое планирование курса «Ритмика» для 3 класса

(34ч. – 1ч. в неделю)

№	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов	Тема занятия	Содержание занятия	Формы и методы работы
---	---------------	---------------	--------------	--------------	--------------------	-----------------------

			1	Вводное занятие	Объяснение целей и задач курса. Знакомство с техникой безопасности.	Беседа
			2	Игроритмика	Хлопки в такт музыки. Ходьба под счет. Акцентированная ходьба. Движения руками в различном темпе. Различные динамики звука «громко — тихо». Выполнение упражнений под музыку.	объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку
			2	Игрогимнастика	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение в рассыпную, бег в рассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.	объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку
			2	Игрогимнастика	Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета. Основные движения туловищем и головой. Комплексы общеразвивающих упражнений. Упражнения с предметами. Упражнения с мячами, обручами, прыгалками.	Метод целостного освоения
			2	Игрогимнастика	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положения рук, ног.  Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения.	объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку
			3	Игротанцы	Хореографические упражнения. Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений.	Метод расчленения, целостного освоения
			3	Игротанцы	Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов.	Метод расчленения
			2	Игротанцы	Ритмические танцы «Шарики», «Если весело живется», «Танец утят», «Кузнечик».	показ движений, танцевальных комбинаций;

						просмотр видеозаписей;
			3	Танцевально-ритмическая гимнастика	Специальные композиции и комплексы упражнений: «Точка», «Чунга-Чанга», «Лягушка», «Я танцую», «Чебурашка».	показ движений, танцевальных комбинаций; просмотр видеозаписей
			3	Игропластика	Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.	игровой метод
			4	Музыкальные игры	Подвижные и образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений «Найди свое место», «Нитка — иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы — веселые ребята», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Водяной».	показ движений, танцевальных комбинаций; просмотр видеозаписей
			4	Игры - путешествия	«На лесной опушке», «Путешествие по станциям», «Путешествие в морское царство — подводное государство», «В гости к Чебурашке», «Поход в зоопарк», «Конкурс танца».	объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку
			3	Креативная гимнастика	Музыкально-творческие игры «Кто я?», «Море волнуется». Специальные задания. «Создай образ», «Импровизация под песню».	объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку
	<b>Итого</b>		<b>34</b>			