

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МО «БРАТСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛЕОНОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО

Заседание педагогического
совета
МКОУ «Леоновская
ООШ»
Протокол № 1
от «26» августа 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
 В.В. Левченко
от «01» сентября 2020г.

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 101
от «01» сентября 2020г.
Директор
МКОУ «Леоновская ООШ»
 И. Меркунова



Рабочая программа
учебного предмета
Курса внеурочной деятельности
«Ритмика»
для обучающихся 5-6 классов
на 2020-2021 учебный год

Предметная область «Спортивно-оздоровительное»

Разработала:
Федотова Наталья Александровна
Учитель начальных классов

д. Леонова
2020г.

Данная рабочая программа внеурочной деятельности «Ритмика» для обучающихся 5-6 классов разработана на основе требований к результатам освоения ООП ООО МКОУ «Леоновская ООШ» в соответствии с ФГОС ООО.

Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.
3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированности ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.
4. Сформированность целостного мировоззрения соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).
6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной

жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.
8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).
9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты, включают освоенные учащимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные). Условием формирования межпредметных понятий (система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез) является овладение обучающимися основами смыслового чтения и приобретение навыков работы с информацией (читательской компетенции) и участие в проектной деятельности.

В ходе изучения всех учебных предметов обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства,

принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределенности. Они получают возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

В ходе изучения всех учебных предметов обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределенности. Они получают возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Выпускник научится:

- размышлять об истоках возникновения музыкально-ритмической деятельности, о танцах, эпохи их создания; наблюдать за музыкально-ритмической деятельностью, теоретически анализировать произведения; участвовать в коллективном исполнении музыкально-ритмических движений, композиций, вовремя начинать и заканчивать движение, слушать паузы, понимать дирижерские жесты;

- умение передавать образ и содержание музыки в движении.

- проявлять личностное отношение при восприятии музыкальных произведений, эмоциональную отзывчивость и передаче характера музыки в движении;

- понимать степень значения роли музыкально-ритмического искусства в жизни человека.

- выявлять характерные особенности жанров: песни, танца, марша; определять на слух основные жанры музыки (песня, танец и марш);

- различать характер, тембры музыкальных инструментов, анализировать форму, средства музыкальной выразительности произведения.

- использовать музыкальную речь, как способ общения между людьми и передачи информации, выраженной в звуках;

- выделять отдельные признаки предмета и объединять по общему признаку;

- приобретать (моделировать) опыт музыкально-творческой деятельности через сочинение, исполнение, слушание музыки и передачи ее в движении. самостоятельно выполнять упражнения, музыкально-ритмические композиции, танцы; участвовать в коллективной творческой музыкально-ритмической деятельности при воплощении различных музыкальных образов;

Выпускник получит возможность научиться:

- расширять музыкальный кругозор и получить общие представления о музыкально-ритмической деятельности, теоретических познаниях музыкального искусства;

- участвовать в коллективном обсуждении учебной проблемы и анализе условий учебной задачи; умение передавать образ и содержание музыки в движении.

- понимать истоки музыки и ее взаимосвязи с жизнью, эпохой создания, соответствие манер, жестов, пластики танцев их содержанию; воспринимать учебный материал небольшого объема со слов учителя, показу музыкально-ритмических движений, умению внимательно слушать;

- анализировать характер, тембр звучания, средства музыкальной выразительности, форму музыкальных произведений. осмысленно владеть способами певческой и музыкально-ритмической деятельности: пропевание мелодии, движение в соответствии со средствами музыкальной выразительности, умение передавать характер музыки в движении;

- реализовывать творческий потенциал, осуществляя собственные музыкально-исполнительские замыслы в музыкально-ритмической деятельности;

- знать название русских народных инструментов и их внешний вид, определять на слух

звучание народных инструментов; различать жанры народных песен – колыбельные, плясовые, их характерные особенности;

- знать образцы музыкального фольклора, народные музыкальные традиции, праздники.
- выделять отдельные признаки предмета и объединять по общему признаку;
- выражать собственные мысли, настроения и чувства с помощью музыкально-ритмической деятельности;

- приобретать (моделировать) опыт музыкально - творческой деятельности через сочинение, исполнение, слушание музыки и передачи ее в движении. видеть взаимосвязь всех школьных уроков друг с другом и роль ритмики в различных явлениях жизни; участвовать в коллективном музицировании, вовремя начинать и заканчивать движение под музыку; оказывать — Ритмика. помощь в организации и проведении школьных культурно-массовых мероприятий.

Содержание программы включает несколько разделов:

- Танцевальная азбука.
- Партерная гимнастика.
- Танец.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получать дети в процессе обучения. Знания по музыкальной грамоте, выразительному языку танцев, знание о характерных чертах и истории танцевальных культур различных эпохи народов, знания по танцевальному этикету.

В практическую часть входит перечень умений и навыков, упражнений, движений и танцев.

Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука» включает изучение основных позиций и движений классического, народного и бального танца. Эти упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, воспитывают осанку, помогают усвоить основные правила хореографии.

Раздел «Партерная гимнастика» даёт возможность сохранить и улучшить здоровье ребёнка; устранить и предупредить физические недостатки – сутулость, косолапость, плоскостопие, искривление позвоночника; развить правильную осанку, гибкость и силу тела, выносливость.

Раздел «Танец» включает изучение танцевальных движений, которые складываются в рабочие комбинации; разучивание народных плясок, историко-бытовых, современных, бальных и массовых танцев; разыгрываются этюды с воображаемыми предметами и этюды на развитие актёрского мастерства

Система упражнений, выстроенная от простого к сложному, с учётом основных педагогических принципов (систематичность, постепенность, последовательность) при условии многократного повторения заданий помогает успешному выполнению и усвоению требований программы.

Общие теоретические понятия

В течение всего курса учащиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре;
- позиции европейских танцев;
- позиции латиноамериканских танцев;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов.

Ставится задача через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

Разминка

Проводится на каждом уроке в виде "статического танца" в стиле аэробики. Включаются элементы классического, джазового танца, изучение основных позиций рук, ног.

Проводится под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Задача — развитие координации, памяти и внимания, умения "читать" движения; увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Последовательная разработка всех основных групп суставов и мышц: кисти, предплечья, всей руки, шеи, плеч, корпуса, бедра, колени, стопы. Количество каждого вида упражнений — 4—8; на 4, 16, 32 счета. Общая продолжительность — 10—15 мин. Нагрузка регулируется в зависимости от возраста, степени подготовленности детей и насыщенности урока.

Диско и современные танцы

Изучаются основные движения и вариации из них, а также некоторые популярные танцы, входящие в программу. Бесконтактные: "Музыкальный", "Стирка", "Локомотив", "Автодром", "Мэдисон", "Гриндиор".

Контактные: "Вару-вару", "Рилио", "Чарльстеп", "Полька".

Бесконтактные танцы развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. Улучшается память, внимание, внутренняя организация. Отрабатывается визуальное ведение в паре.

В контактных танцах, помимо вышесказанного, отрабатывается контактное ведение и умение танцевать в паре.

Народный танец

Учащиеся знакомятся с танцевальной культурой народов мира, изучают хореографическое наследие русского, татарского народа. А также основных видов народной хореографии – академический танец, фольклорный танец, стилизованный танец. Народный танец способствует воспитанию у подрастающего поколения

толерантного отношения к национальным традициям разных народов мира и любви и уважения к своим исконным национальным традициям

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

Учебная неделя	Тема урока	Кол-во часов
1	Беседа по технике безопасности при разучивании движений	1
2	Основные позиции рук, ног.	1
3	Направления движения. Танцевальные ходы	1
4	Ходьба с координацией рук и ног	1
5	Бег и подскоки.	1
6	От музыки к движению.	1
7	Жизнь танца в песне.	1
8	Танец на сцене, балу, на дискотеке	1
9	Песня в танцевальных ритмах	1
10	«Танцы на полу»	1
11	Элементы асимметричной гимнастики	1
12	Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные).	1
13	Танец в стиле «Диско»	1
14	Танец в современных ритма.	1
15	«Давай потанцуем»	1
16	«Танцуй вместе с нами» Новогодний флешмоб	1
17	Танцы народов мира Греческий танец. Сиртаки	1
18	Австрийский танец. Вальс	1
19	Ах этот вальс	1

20	Плясать «душу открывать» Элементы р.н. танца	1
21	Матросский танец.	1
22	Странички истории эстрадного танца. Современные танцы и танцевальные упражнения	1
23	XX век и современные танцы.	1
24	Диско танцы	1
25	Американский танец	1
26	Мексиканский танец. Макарена	1
27	Свободные танцы: Шейк, Твист, Макарена. Знакомство с некоторыми танцевальными комбинациями.	1
28	Учимся танцевать. Постановка танца	1
29	Учимся танцевать. Исполнение изученных танцевальных комбинаций на середине класса.	1
30	Учимся танцевать. Исполнения изученных танцевальных комбинаций на середине класса.	1
31	Геометрические композиции фигур(индивидуальные и коллективные).	1
32	Многообразность и необычность движений	1
33	«Давайте потанцуем».	1
34	«Давайте потанцуем».	1
Всего за год		34

6 класс

Учебная неделя	Тема урока	Кол-во часов
1	Беседа по технике безопасности при разучивании движений	1
2	Основные позиции рук, ног.	1
3	Направления движения. Танцевальные ходы	1
4	Ходьба с координацией рук и ног	1
5	Бег и подскоки.	1
6	От музыки к движению.	1
7	Жизнь танца в песне.	1
8	Танец на сцене, балу, на дискотеке	1
9	Песня в танцевальных ритмах	1
10	«Танцы на полу»	1
11	Элементы асимметричной гимнастики	1
12	Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные).	1
13	Танец в стиле «Диско»	1
14	Танец в современных ритма.	1
15	«Давай потанцуем»	1
16	«Танцуй вместе с нами» Новогодний флешмоб	1
17	Танцы народов мира Греческий танец. Сиртаки	1
18	Австрийский танец. Вальс	1
19	Ах этот вальс	1
20	«Плясать душу открывать» Элементы р.н. танца	1

21	Матросский танец.	1
22	Странички истории эстрадного танца. Современные танцы и танцевальные. упражнения	1
23	XX век и современные танцы.	1
24	Диско танцы	1
25	Американский танец	1
26	Мексиканский танец. Макарена	1
27	Свободные танцы: Шейк, Твист, Макарена. Знакомство с некоторыми танцевальными комбинациями.	1
28	Учимся танцевать. Постановка танца	1
29	Учимся танцевать. Исполнение изученных танцевальных комбинаций на середине класса.	1
30	Учимся танцевать. Исполнения изученных танцевальных комбинаций на середине класса.	1
31	Геометрические композиции фигур(индивидуальные и коллективные).	1
32	Многообразность и необычность движений	1
33	«Давайте потанцуем».	1
34	«Давайте потанцуем».	1
Всего за год		34

