

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа пос. Октябрьский городского округа Похвистнево Самарской области.

**РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА**  
на методическом совете школы  
протокол № 1 от 31.08.2021г.



**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом директора школы  
№ 70-од от 31.08.2021г.  
*Т.А. Пахомова* Т.А. Пахомова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по внеурочной деятельности  
для основного общего образования  
спортивно-оздоровительной направленности  
«Ритмика»  
НА 2021-2022 ГОД

*(6 класс – 1 час в неделю 34 часа в год)*

Составлена  
учителем ритмики  
Н.И. Даниловой

2021г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Нормативно-правовая база**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Ритмика» для 6 класса ГБОУ СОШ пос. Октябрьский г.о. Похвистнево составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «6» октября 2009 г. № 373 (с последующими изменениями);
2. Методического конструктора «Внеурочная деятельность школьника». Д.В.Григорьев, П.В.Степанов – М.: Просвещение 2017. (Стандарты второго поколения);
3. Рабочей программы по внеурочной деятельности «Художественное творчество» Григорьев Д.В. – М.: Просвещение, 2014. (Стандарты второго поколения);
4. В соответствии: с положением о внеурочной деятельности, принятом на педагогическом совете (Протокол №1 от 31.08.2021г.), утверждённым приказом директора школы № 70-од от 31.08.2021г.;
5. Рабочей программой воспитания в ГБОУ СОШ пос.Октябрьский г.о.Похвистнево от 24.03.2021 №25-од.

#### **Место курса «Ритмика» 6 классе в плане внеурочной деятельности**

На занятия отводится 1 час в неделю в рамках внеурочной деятельности, предусмотренной ФГОС ООО, в 34 часа в год

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части. Формы занятий: игровая, соревновательная, в виде прогулок.

Элементов обучения нет, идет совершенствование школьного программного материала.

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1-2	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	2	
3-5	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением.	3	
6-7	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	2	
8-11	Музыкальные игры с предметами.	4	
12-15	Парные упражнения	4	
16-18	Шаг польки, кадрили	3	
19-21	Ритмико-гимнастические упражнения	3	
22-25	Игры: «Ворон» (русская народная песня); «Кот и мыши» Т. Ломовой; «Летчики, следите за погодой!» М. Раухвергера; «Как на тоненький ледок...» (русская народная песня); «Кто скорее?» Л. Шварца; «На зарядку!» М. Старокадомского; «Каравай», «Горелки».	4	
26-33	Танцевальные элементы (галоп, хороводный шаг, притопы)	8	
34	Итоговое занятие.	1	

#### Учебно-методическое обеспечение.

1. Спортивный класс
2. Спортивный инвентарь.
3. Компьютер, проектор.
4. Ресурсы интернета.

#### Литература.

1. Музыка и движение. Т.П. Ломова, Е.Н. Соковкина, М.: Просвещение, 2003.
2. Эта ритмическая гимнастика. К. Юлаев, М.: Просвещение, 2004.
3. Движение в музыке. И. Ковкин, М.: Просвещение, 2004.
4. Художественно-эстетическое развитие школьников. Е.П. Климов, 2007