

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ШКОЛА №25 ПЕТРОГРАДСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

«Принята»
на Педагогическом совете
Протокол № 9
от «29» августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ школы № 25
_____ А.Б. Петрова
«31» августа 2023 г.
Приказ № 631

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«РИТМИКА»

1 «А» КЛАСС

2023 / 2024 учебный год

Составитель:
Термова Н. И
учитель,
первая кв. к.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 00A2 DDD7 1F9B 5278 3CEE 61DD BA89 5997 EA
Владелец Петрова Анна Борисовна
Действителен с 19.11.2023 по 31.01.2025

Санкт-Петербург
2023

Пояснительная записка

Коррекционно-развивающий курс «Ритмика» представляет собой систему физических упражнений, которая основывается на взаимосвязи движений с музыкой и предоставляет широкие возможности для коррекционно-компенсаторной и оздоровительной деятельности. Разнообразие музыкально-ритмических средств способствует формированию, закреплению и совершенствованию двигательных навыков учащихся; развитию чувства ритма, координации, ориентировки в пространстве, а также восприятию музыки, способности передавать в движении ее содержание и формированию коммуникативных навыков. Кроме того, в процессе музыкально-ритмической деятельности создаются благоприятные условия для улучшения общей моторики и темпо-ритмической стороны речи; для развития психических функций (памяти, мышления, внимания), оказывается благотворное влияние на эмоционально-волевою сферу детей, а также развивается эстетическое восприятие обучающихся.

Цель: развитие двигательной активности учащихся в процессе восприятия музыки и слова.

Задачи: Развивать умение слушать музыку;

- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением или пением;
- Развивать творческие способности личности;
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

Результаты

Личностные:

- Воспитание интереса к занятиям ритмикой;
- воспитание самостоятельности;
- Воспитание умения взаимодействовать в группе, в парах;
- Воспитание эмоциональной отзывчивости и взаимопомощи;
- Воспитание уважительного отношения к товарищам, учителю.
- Воспитание бережного отношения к оборудованию и в целом к пространству кабинета.

Предметные:

Минимальный уровень:

- Умеет быстро, четко и правильно выполнять команды учителя при построении;
- Выполняет построение в круг, в колонну;
- Узнает в знакомых мелодиях образ животных, насекомых, природные явления;
- Различает темповые и динамические особенности музыки;
- Выполняет простейшие упражнения на музыкальных инструментах;

Достаточный уровень:

- Ритмично выполняет движения с предметами;
- Соблюдает ритм и темп при ходьбе;
- Выполняет общеразвивающие упражнения в темпе, задаваемом учителем;
- Различает жанры музыки;
- Выполняет ритмические упражнения с музыкальными инструментами;
- Выполняет подражательные движения сказочных персонажей (медведь, лиса);

- Воплощает содержание музыки или стихотворения в движениях;
- Своевременно начинает и заканчивает движения под музыку;
- Выполняет танцевальные шаги в соответствии с характером музыки.

Содержание

Упражнения на ориентировку в пространстве

- Построение в шеренгу, круг, колонну.
- Ходьба в направлении вперед, назад.
- Ходьба с высоким подниманием бедра.
- Увеличение и уменьшение круга движением вперед, назад.
- Ходьба с различным положением рук с предметами.
- Игры и упражнения на формирование представлений о частях тела, направлениях движения и пространственной ориентировки: «Робот», «Падающий мяч» «Быстро шагай», «Жмурки», «Запомни свою позу».

Римико-гимнастические упражнения

- Наклоны головы в стороны, круговые движения.
- Наклоны, повороты туловища, круговые движения.
- Движения рук в разных направлениях с флажками, с гимнастической палкой.
- Упражнения на формирование правильной осанки с использованием мешочков с песком. Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками под музыку.
- Упражнения на умения расслаблять мышцы: «Мы играем на гармошке», «Веселые хлопушки», «Отдых на берегу моря», «Устали наши ножки».
- Игры и упражнения на развитие чувства ритма: «Ходьба с остановкой», «Вышли на зарядку», «Прятки», «Поезд», «Топ-хлоп»
- Упражнения на развитие координации движений: «Стойкий оловянный солдатик», «Буратино», «Наш отдых», «Веселые ладошки», «Чок да чок!».

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

- Ритмические упражнения с музыкальными инструментами.
- Упражнения для развития мелкой моторики рук.
- Пальчиковые игры: «Барабан», «Цепочка», «Камень-ножницы-бумага».
- Ритмические упражнения с маракасами и клавесами: «Старинные часы», «Пальцы делают зарядку», «Шла коза на каблуках».

Игры под музыку

- Игры с музыкальным сопровождением на сохранение равновесия, управление своим шагом, сохранение движения и покоя: «Я несу тяжелое ведро, я несу легкое ведро», «Перейти речку по камешкам», «Дождь», «Замерзли-согрелись», «Сова», «День и ночь»
- Имитационные движения сказочных персонажей (мишка, лиса, полет птицы).
- Инсценировка детских песен.
- Игры на развитие слухового внимания: «Вот такие звери», «Да-да-да!».
- Этюды на развитие эмоциональной сферы (мимики, выразительности жеста): «Отдай», «Лисичка подслушивает», «Уходи!», «Круглые глаза».

Танцевальные упражнения

- Ходьба под музыку бодрым, топающим шагом.
- Ходьба с остановками в конце музыкальных фраз.

- Танцевальный шаг на носках, шаг с подскоком, приставной шаг вперед, шаг галоп.
- Сочетание танцевальных шагов.
- Групповые движения: ходьба, кружения парами, ручеек.
- «Раз, два, три – посмотри!», «Шаг назад, шаг вперед»
- Хороводы: «По малинку в сад пойдем», «Во синем небе»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Названия занятия	дата
1	Диагностика умения ориентироваться в пространстве	08.09
2	Диагностика ритмических способностей	15.09
3	«Давайте в ладоши хлопнем»	22.09
4	Построение в колонну	29.09
5	Построение в круг	06.10
6	Ходьба в различных направлениях	13.10
7	Общеразвивающие упражнения с шариками	20.10
8	«Веселый гном»	27.10
09	Построение в колонну, круг	10.11
10	Разновидности ходьбы	17.11
11	«Веселый гном»	24.11
12	Ходьба с мешочком на голове	01.12
13	«Пальцы делают зарядку»	08.12
14	Танец «Клоуны»	15.12
15	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой	22.12
16	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой	29.12
17	«Сова»	12.01
18	«Я на солнышке лежу»	19.01
19	«Веселый гном»	26.01
20	Инсценировка детских песен	02.02
21	«Маленький ежик»	09.02
22	Кружение парами	01.03
23	Общеразвивающие упражнения с шариками	15.03
24	Танцевальные шаги	22.03
25	«Круглые глаза»	05.04
26	«Попробуй водичку»	12.04
27	Танец «Клоуны»	19.04
28	«Уходи!»	26.04
29	«Маленький ежик»	03.05
30	«Веселый оркестр»	17.05
31	«Выглянуло солнышко»	24.05

Учебно-методическое обеспечение

Видеофрагменты и другие информационные объекты (изображения, аудио и видеозаписи, презентации), отражающие основные темы учебного предмета.

