

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа №73» городского округа Самара**  
*Адрес: г. Самара, ул. Майская, 47, тел. 933-21-58*

**«РАССМОТРЕНО»**  
на заседании МО  
естественно-научного  
цикла  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_/Сазонова С.И.  
протокол № 8  
«25» августа 2023 г

**«ПРОВЕРЕНО»**  
Зам. директора по УВР  
МБОУ Школы № 73  
\_\_\_\_\_/Митина А.П  
«28» августа 2023 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Директор  
МБОУ Школы № 73 г.о.Самара  
\_\_\_\_\_/Дрожджа Н. Б.  
Приказ № 277-од  
«28» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Ритмическая гимнастика»**  
для учащихся 1-4 классов

г.Самара,2023

## **1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа по ритмике для 1-4 классов составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования. Программа «Ритмика» имеет художественно-эстетическую направленность. Ритмика – это упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечнососудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Программа состоит в лично ориентированном обучении. Задача педагога состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребёнка, не в формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. В младшем школьном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. Доступность ритмики основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека.

Целью программы является приобщение детей к здоровому образу жизни, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования. Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и

художественного вкуса.

Оригинальность данной программы – это творческое мышление учащихся. Отличительной особенностью программы является то, что она достаточно вариативная и позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Ритмикой могут заниматься все физически здоровые дети, начиная с 6-7 лет. Учитывая эти способности, целью программы школьного физического воспитания является разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Реализации данной цели связаны с решением следующих образовательных задач:

1. Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
2. Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
3. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здоровья и безопасного образа жизни;
4. Совершенствование жизненно важных навыков и умений по средством обучение подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
5. Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, формам активного отдыха и досуга.
6. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов в ходе двигательной деятельности.

## **2. Содержание учебного предмета, (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля.**

## Раздел 1. Развитие ритмического восприятия.

Музыкальный размер, направления движения, степени поворота, виды музыкальных размеров: 2/4, 3/4, 4/4.

Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу».

Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче, и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает.

## Раздел 2. Развитие музыкальности.

Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Различие танцев по характеру, темпу, размеру: вальс, полька. Игра «Найди свой путь», движение по залу со сменой направлений под музыку. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре, перестроения из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижения по кругу (внешнему и внутреннему). Музыкально-ритмические упражнения на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм».

## Раздел 3. Паузы в движении и их использование.

Виды музыкальных размеров танцев.

Игра «Сделал - остановись».

Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук.

Шаги, выполненные через выпад вправо-влево, вперед-назад.

## Раздел 4. Развитие пластики тела.

Упражнения на осанку.

Понятие о линиях корпуса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса;

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц

брюшного пресса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины.

Упражнения на пластику.

Раздел 5. Танцевально-ритмическая гимнастика.

Общеразвивающие упражнения. Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку. Прыжки: маленькие и большие прыжки; по разным длительностям. Подскоки: на месте; с продвижением. Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Раздел 6. Виды шага, бега, прыжков.

Танцевальные шаги, разновидность бега, бег, прыжки.

Раздел 7. Аэробика, суставная гимнастика

Аэробика, суставная гимнастика

2 КЛАСС

Раздел 1. Элементы музыкальной грамоты – 2 ч.

Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки.

Строение музыкального произведения.

Раздел 2. Виды шага, бега, прыжков.

Шаг на полу- пальцах.

Легкий бег.

Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.

«Ковырялочка».

Боковой галоп.

Раздел 3. Танцевально-ритмическая гимнастика.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Общеразвивающие упражнения.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Подскоки: на месте; с продвижением. Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Раздел 4. Развитие пластики тела.

Упражнения на осанку.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса;

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины.

Упражнения на пластику.

Раздел 5. Аэробика, суставная гимнастика

Аэробика, суставная гимнастика

3 КЛАСС

Раздел 1. Элементы музыкальной грамоты – 2 ч.

Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки.

Строение музыкального произведения.

Раздел 2. Виды шага, бега, прыжков.

Шаг на полу- пальцах.

Легкий бег.

Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.

«Ковырялочка».

Боковой галоп.

Раздел 3. Танцевально-ритмическая гимнастика.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Общеразвивающие упражнения.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Подскоки: на месте; с продвижением. Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Раздел 4. Развитие пластики тела.

Упражнения на осанку.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц

верхнего плечевого пояса;

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины.

Упражнения на пластику.

Раздел 5. Аэробика, суставная гимнастика

Аэробика, суставная гимнастика

4 КЛАСС

Раздел 1. Элементы музыкальной грамоты – 2 ч.

Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки.

Строение музыкального произведения.

Раздел 2. Виды шага, бега, прыжков.

Шаг на полу- пальцах.

Легкий бег.

Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.

«Ковырялочка».

Боковой галоп.

Раздел 3. Танцевально-ритмическая гимнастика.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Общеразвивающие упражнения.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Подскоки: на месте; с продвижением. Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Раздел 4. Развитие пластики тела.

Упражнения на осанку.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса;

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины.

Упражнения на пластику.

Раздел 5. Аэробика, суставная гимнастика

Аэробика, суставная гимнастика

Форма промежуточной аттестации: участие в концерте

Формы организации внеурочной деятельности учащихся: студия

### **3. Планируемые результаты освоения программы по внеурочной деятельности «ритмичная гимнастика» на уровне начального общего образования**

Личностные результаты

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

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспроизводить названия разучиваемых упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий ритмической



гимнастики;

- управлять эмоциями во время занятий внеурочной деятельности и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на занятиях внеурочной деятельности с учётом их учебного содержания.
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

Предметные результаты

## 1 КЛАСС

К концу обучения в 1 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов:

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

Регулятивные :

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- В сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- Накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- Наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

Познавательные :

- Навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- Соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Коммуникативные:

- Умение координировать свои усилия с усилиями других;
- Задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные результаты:

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- Под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- Выполнять игровые и плясовые движения;

## 2 КЛАСС

К концу обучения во 2 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов:

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебнопознавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

- Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- Учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- Самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные :

- Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

Коммуникативные:

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- Формулировать собственное мнение и позицию;
- Договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- Умение координировать свои усилия с усилиями других. Предметные результаты
- Понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- Организованно строиться (быстро, точно);
- Сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- Правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок»

### 3 КЛАСС

К концу обучения в 3 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов:

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.
- Умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

Познавательные результаты :

- 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; Предметные результаты
  - Воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений
  - Рассчитываться 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.

#### 4 КЛАСС

К концу обучения в 4 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов:

##### 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.
- Умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

###### Познавательные результаты :

- 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; Предметные результаты
  - Воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений
  - Рассчитываться 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.

Внеурочная деятельность является составной и неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся.

Курсы внеурочной деятельности объединяют все виды деятельности школьников (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Внеурочная деятельность направлена на достижение следующих воспитательных результатов:

- приобретение социального опыта;
- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;
- приобретение учащимися опыта самостоятельного общественного действия.

Воспитание на занятиях курсов внеурочной деятельности осуществляется через следующие формы: игра, конкурс, викторина, экскурсия и т.д.

**4. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля, и возможности использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде**

**и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании**

**1 класс**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе		Информация об электронных учебно-методических материалах, которые можно использовать при изучении каждой темы	Воспитательный компонент урока
			Теория	Практика		
1	Введение. Что такое ритмика. Беседа о технике безопасности на уроке. Игра «Знакомство»	1	1			Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.
2	Разучивание поклона. Игра: «Червячки»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
3	Постановка корпуса. Игры: «Самолётики»	1		1		Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.

4	Позиции рук. Основные правила. Игры : «Восток»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
5	Позиции ног. Игры: «Передвижение в пространстве»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
6	Построения. Движения по линии танца и диагональ. Игра: «Зоопарк»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
7	Ходьба с координацией рук и ног. Ритмико-гимнастические упражнения. Игра: «Узнай себя»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
8	Движения на развитие координации «Игра на концентрацию внимания»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
9	Изучение элементов партерной гимнастики. Тренировочный танец «Стирка»	1		1		Применять на уроке интеллектуальные игры, для развития нестандартного мышления, внимание к деталям, умение выделять главное, дают возможность проявить эрудицию, находчивость и чувство юмора.
10	Упражнения для профилактики плоскостопия. Игра «Паровоз»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
11	Танцевальная зарядка. Игра «Автобус»	1		1		Демонстрация примеров ответственного гражданского поведения, проявления человеколюбия

						и добросердечности.
12	Прыжки с двух ног. Игры под музыку.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
13	Упражнения, развивающие пластику. Комбинация «Гуси».	1		1		Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.
14	Галоп, шаг Польки. Комбинация «Слоник».	1		1		Демонстрация примеров ответственного гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.
15	Приставной шаг и каблучные движения	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
16	Закрепление	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
17	Упражнения для укрепления бр.пресса	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
18	«Мостик» из положения лежа	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
19	«Лодочка», «Корзиночка»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
20	«Свечка»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
21	Закрепление	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и



					доверительными отношениями друг к другу.
22	Разучивание элементов Польки	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
23	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
24	Разучивание элементов народно-сценического танца.	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
25	Простой хороводный шаг	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
26	Шаг с притопом на месте	1		1	Демонстрация примеров ответственного гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.
27	Полу приседание с выставлением ноги на пятку	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
28	Закрепление	1		1	Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
29	Подвижные игры	1		1	Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
30	Прыжки с поджатыми ногами	1		1	Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
31	Прыжки «Разножка»	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
32	Прыжки с	1		1	Объединять учащихся

	поворотом на 1/4					позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
33	Участие в концерте	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
		Итого: 33 ч	1 ч	32 ч		

## 2 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе		Информация об электронных учебно-методических материалах, которые можно использовать при изучении каждой темы	Воспитательный компонент урока
			Теория	Практика		
1	Обучение ритмике во 2 классе. Беседа о технике безопасности на уроке, при разучивании танцев	1	1			Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.
3	Разучивание танцевальной разминки.	1		1		Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.
4	Упражнения на дыхание. Упражнения для развития правильной осанки.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
5	Постановка корпуса.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и

	Разучивание поклона.					доверительными отношениями друг к другу.
6	Ходьба с координацией рук и ног.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
7	Элементы партерной гимнастики.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
8	Упражнения для профилактики плоскостопия	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
9	Прыжки с двух ног.	1		1		Применять на уроке интеллектуальные игры, для развития нестандартного мышления, внимание к деталям, умение выделять главное, дают возможность проявить эрудицию, находчивость и чувство юмора.
10	Прыжки с поджатыми ногами	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
12	Прыжки «Разножка»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
13	Прыжки с поворотом на 1/4	1		1		Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов

					действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.
14	Упражнения, развивающие пластику.	1		1	Демонстрация примеров ответственного гражданского поведения, проявления человеколюбия и добротердечности.
15	Перегибы корпуса.	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
17	Галоп, шаг Польки.	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
18	Постановка в пару	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
19	Приставной шаг и каблучные движения	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
21	Разучивание движения «Ковырялочка»	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
22	Разучивание комбинаций в паре.	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
23	Упражнения для укрепления брюшного пресса	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
25	«Мостик» из положения лежа. Кувырок	1		1	Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к

						другу.
26	«Лодочка», «Корзиночка», «Свечка»	1		1		Демонстрация примеров ответственного гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.
27	Разучивание «Вальсового» шага	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
28	Разучивание поворотов в танце	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
29	Бег на полупальцах.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
30	Подвижные игры	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
31	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
33	Танцы народов РФ, их особенности костюмы.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
34	Участие в концерте	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к

						окружающим. Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
		Итого: 34 ч	1 ч	33ч		

### 3 класс

№п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе		Информация об электронных учебно-методических материалах, которые можно использовать при изучении каждой темы	Воспитательный компонент урока
			Теория	Практика		
1	Обучение ритмике в 3 классе. Беседа о технике безопасности на уроке. Ходьба. Виды ходьбы	1	1			Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.
2	Элементы гимнастики	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
3	Разучивание разминки	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
4	Упражнения на развитие координации	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
5	Ходьба с координацией	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и

	рук и ног					доверительными отношениями друг к другу.
6	Азбука ритмической гимнастики	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
7	Позиции рук. Основные правила	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
8	Позиции ног. Основные правила	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
9	Позиции в паре. Основные правила	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
10	Шаг польки	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
11	Галоп, подскоки в повороте.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
12	Работа над растяжкой.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
13	Танцевальный шаг в русском характере	1		1		Применять на уроке интеллектуальные игры, для развития нестандартного мышления, внимание к деталям, умение выделять

						главное, дают возможность проявить эрудицию, находчивость и чувство юмора.
14	Понятие «линия танца»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
15	Понятие «перестроение из линий в круг и обратно»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
16	Прыжки с продвижением вперед, назад и из стороны в сторону.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
17	Элементы народного танца	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
18	Разучивание танцевальных связок	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
19	Отработка движений	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
20	Складочка и перегибы корпуса сидя на полу.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к



						другу.
21	«Мостик» из положения лежа. Кувырок	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
22	Работа над шпагатами	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
23	Прыжки	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
24	Подвижные игры	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
25	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
26	Музыкальные, танцевальные темы.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
27	Разучивание простейших танцевальных элементов	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
28	Элементы «Часики», «Качели»,	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
29	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к

						окружающим.
30	Выразительные средства музыки и танца.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
31	Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
32	Упражнения на расслабление мышц.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
33	Закрепление пройденного материала	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
34	Участие в концерте	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
		Итого :34 ч	1 ч	33 ч		

#### 4 класс

№п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе		Информация об электронных учебно-методических материалах,	Воспитательный компонент урока
			Теория	Практика		

					которые можно использовать при изучении каждой темы	
1	Введение в мир танца. Правила техники безопасности в танцевальном зале. Виды ходьбы.	1	1			Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности учащихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов.
2	Элементы гимнастики.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
3	Разучивание разминки.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
4	Упражнения на развитие координации.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
5	Азбука ритмической гимнастики.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
6	Позиции рук. Основные правила.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.

7	Позиции ног. Основные правила.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
8	Позиции в паре. Основные правила.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
9	Шаг польки	1		1		Применять на уроке интеллектуальные игры, для развития нестандартного мышления, внимание к деталям, умение выделять главное, дают возможность проявить эрудицию, находчивость и чувство юмора.
10	Галоп, подскоки в повороте.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
11	Партерная гимнастика.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
12	Складочка и перегибы корпуса сидя на полу.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
13	Упражнения для укрепления брюшного пресса.	1		1		Применять на уроке интеллектуальные игры, для развития нестандартного мышления, внимание к деталям, умение выделять главное, дают

						возможность проявить эрудицию, находчивость и чувство юмора.
14	Работа над растяжкой.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
15	Разучивание элементов в современных ритмах	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
16	Понятие «линия танца»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
17	Понятие «перестроение из линий в круг и обратно»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
18	Прыжки с продвижением вперед, назад и из стороны в сторону.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
19	Элементы народного танца	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
20	Разучивание танцевальных связок	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.

21	Разучивание элементов Венского вальса	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
22	Венский Вальс. Повороты.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
23	Венский Вальс. Движения в паре.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
24	Правила танцевального этикета.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
25	Аэробика. Разучивание основных движений	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
26	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
27	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
28	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
29	Ритмические упражнения.	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.
30	Фигуры в танце. «Квадрат, круг, треугольник»	1		1		Объединять учащихся позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к

						другу.
31	Основные построения :1 линия, 2 линия.	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
32	Разучивание построений «Воротца, звездочка, змейка»	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
33	Закрепление пройденного материала	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
34	Участие в концерте	1		1		Формировать уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим.
		Итого :34 ч	1 ч	33 ч		

**5. Учебно-методическое обеспечение (в том числе при наличии во внеурочной деятельности)**