

ПРИЛОЖЕНИЕ 5
К ООП НОО МАОУ СОШ №133
Приказ от 29.08.2025г.№01.01.-02/233/1

Рабочая программа учебного предмета

РИТМИКА

Уровень – начальное общее образование (2 класс)

Екатеринбург, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА РИТМИКА

Программа «Ритмика» имеет практическую направленность, так как развивает у детей чувство ритма, координацию движений, танцевальную выразительность.

Программа формирует любовь к танцу, учит осознанно воспринимать произведения хореографического искусства.

Ритмика - один из предметов эстетического цикла, в основе которого лежит изучение элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении. Ритмика развивает музыкальность, формирует основные двигательные качества и навыки, укрепляет мышечный аппарат.

Срок реализации учебного предмета «Ритмика». Программа рассчитана на 1 год обучения и предназначена для детей 2 класса.

Новизна программы состоит во включении методов кинезиологии.

Актуальность программы состоит в том, что главное место в работе занимает развитие навыков творчества. Дети в движении должны уметь передать своё отношение к прослушанному произведению. Использование разнообразных движений, умение согласовать их с характером музыки развивает инициативу и фантазию детей.

Обладая огромной силой эмоционального воздействия, музыка помогает найти точные и яркие движения, выражающие гамму чувств, вложенных композитором в данное произведение.

Регламентируя движение во времени и пространстве, музыка учит управлять своим телом. Только свободное владение телом может дать возможность добиться подлинно музыкального исполнения. Чем лучше ребёнок будет владеть своим телом, тем точнее, ярче и свободнее он выразит свои музыкальные ощущения.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА РИТМИКА

Цель предмета - приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования, синтез песни и танца, развитие творческих способностей обучающихся посредством танцевального искусства.

Задачи:

Развивающие:

-формирование необходимых двигательных навыков, развитие музыкального слуха и чувство ритма;

-совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;

-развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие

-координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора;

-развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, танцевальных навыков;

- формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях;

-улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности;

-воспитание умений работать в коллективе;

Воспитательные:

- воспитывать культуру поведения и общения;

- воспитывать умение ребенка работать в объединении;

- заложить основы становления эстетически развитой личности;

- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА РИТМИКА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Место курса

Учебным планом на реализацию учебного предмета «Ритмика» предназначено 34 часа во втором классе

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА РИТМИКА

2 КЛАСС

1. Упражнения на ориентировку в пространстве, танцевально-двигательные стереотипы;

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега

несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

2. Ритмико – гимнастически упражнения

Обще-развивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

3. Игры под музыку

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых

образов И содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

4. Танцевальные упражнения

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.

Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски;

Народный танец

Эстрадный танец

Бальный танец

Танец Полька.

Танец Сударушка.

Танец Полонез

Танец Вару- вару.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные 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

- обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;
- управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия;
- формировать умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

Минимальный уровень:

- уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
 - организованно строиться (быстро, точно);
 - сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
 - 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;
 - легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
 - ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.
- Достаточный уровень:

- уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контрольные	Практические	

			работы	работы	ресурсы
1. 1	Вводное занятие	1			
2.	Музыкально — ритмические упражнения, гимнастика	2		2	
3.	Построения и перестроения	2		2	
4.	Гимнастика	3	1	2	
5.	Элементы народного танца	3		3	
6.	Элементы классического танца	2		2	
7.	Элементы бального танца	3		3	
8.	Детские бальные и народные танцы	4	1	3	
9.	Образные танцы (игровые)	4	1	3	
10.	Постановка танцевальной композиции	3		3	
11.	История балета	2		2	
12.	Игровые этюды	2		2	
13.	Музыкально — танцевальные игры	3	1	2	

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	0	
--	----	---	---	--

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Вводное занятие	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/6215/
2.	Музыкально — ритмические упражнения, гимнастика	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/
3.	Музыкально — ритмические упражнения, гимнастика	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/
4.	Построения и перестроения	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/
5.	Построения и перестроения	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/

6.	Гимнастика	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/
7.	Гимнастика	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/
8.	Гимнастика	1	1			
9.	Элементы народного танца	1		1		https://www.yandex.ru/video/preview/16505710693447899389
10.	Элементы народного танца	1		1		https://www.yandex.ru/video/preview/16505710693447899389
11.	Элементы народного танца	1		1		
12.	Элементы классического танца	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/
13.	Элементы классического танца	1		1		
14.	Элементы бального танца	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/
15.	Элементы бального танца	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/

16.	Элементы бального танца	1		1		https://www.yandex.ru/video/preview/7629063344205983290
17.	Детские бальные и народные танцы	1		1		
18.	Детские бальные и народные танцы	1		1		
19.	Детские бальные и народные танцы	1		1		
20.	Детские бальные и народные танцы	1	1			
21.	Образные танцы (игровые)	1		1		https://www.yandex.ru/video/preview/9882020970502160956
22.	Образные танцы (игровые)	1		1		https://www.yandex.ru/video/preview/9882020970502160956
23.	Образные танцы (игровые)	1		1		

24.	Образные танцы (игровые)	1	1			
25.	Постановка танцевальной композиции	1		1		
26.	Постановка танцевальной композиции	1		1		
27.	Постановка танцевальной композиции	1		1		
28.	История балета	1		1		https://www.yandex.ru/video/preview/9654305191030053730
29.	История балета	1		1		
30.	Игровые этюды	1		1		
31.	Игровые этюды	1		1		
32.	Музыкально — танцевальные игры	1		1		

33.	Музыкально — танцевальные игры	1		1		
34.	Музыкально — танцевальные игры	1	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	4	29		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 406075372527730394131178566018224477597821737453

Владелец Штуркина Наталья Сергеевна

Действителен с 24.05.2026 по 24.05.2027