

Специализированное структурное образовательное подразделение Посольства России в Венгрии-
средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением иностранного языка
при Посольстве РФ в Венгрии

Рассмотрено:

руководитель МО

Сидорова Е.И. Ф.И.О.

Протокол № 1

от «30» августа 2019 г.

Согласовано:

зам. руководителя по УВР

Орлова С.В. Ф.И.О.

от «02» сентября 2019 г.

Утверждено:

Руководитель СП

Судачко А.В. Ф.И.О.

Распоряжение № 21

от «02» сентября 2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА внеурочной деятельности

Класс (уровень), на котором изучается учебный курс 7 класс (основное общее образование)

Направление

спортивно-оздоровительное

Название

Ритмика

Учебный год

2019-2020

Количество часов в год

34

Количество часов в неделю

1

Программу составил(а)

Ф.И.О. педагогического работника: Рыжова М.И.

Квалификационная категория: соответствует занимаемой должности

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Ритмика» реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Внеурочная деятельность «Ритмика» направлена на достижение следующих **целей**:

- формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся;
- развитие воображения, творческого потенциала ребенка, желания и умения подходить к любой своей деятельности творчески, способностей к эмоционально-ценностному отношению к искусству и окружающему миру, навыков сотрудничества в художественной деятельности;
- овладение элементарной физической грамотой, формирование художественного кругозора и приобретение опыта работы в различных видах художественно-творческой деятельности; совершенствование эстетического вкуса;
- формирование художественной культуры как неотъемлемой части культуры духовной, культуры мироощущений, выработанных поколениями;

Задачи: - Перечисленные цели реализуются в конкретных задачах обучения:

- укрепление здоровья;
- содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- содействие развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- содействие оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата — формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия; образовательные:

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания;
 - содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, гибкости, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях;
 - содействовать развитию творческих и созидательных способностей — мышления, воображения, находчивости, познавательной активности; воспитательные:
 - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
 - формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность);
 - формирование потребности ребенка самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
 - воспитание самостоятельности, раскрепощенности, умения творчески выражать свои эмоции и мысли в танцевальных движениях;
 - поддержание стремления к разумному лидерству, инициативности;
 - воспитание трудолюбия, готовности к взаимопомощи;
 - воспитание уважения к педагогам, партнерам по танцу
- Длительность - 40 минут.

Тематическое планирование, 7 класс

№ урока	Название темы	Кол-во часов	Перечень универсальных действий
1	Основы знаний. История физической культуры.	3	- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности
2	Общеразвивающие упражнения.	5	– выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности
3	Упражнения с предметами.	4	конкретные предметные действия (способы двигательной деятельности)

4	Аэробика	5	- формировании ценностно-смысловых ориентаций и духовно-нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма
5	Танцевальные упражнения.	2	- выполнение творческих заданий (импровизация, игры на создание определённого образа)
6	Общеразвивающие упражнения.	5	- развитие собственных физических качеств (гибкость, выносливость, танцевальный шаг, прыжок)
7	Упражнения на развитие координации.	4	- выбор наиболее эффективного способа решения задач, рефлексия способов действия
8	Оздоровительно-развивающее направление	4	- контроль и оценка процесса, постановка проблемы, моделирование
9	Упражнения на улучшение гибкости.	2	постановка и решение проблемы (формирование проблемы, самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера)
	ИТОГО	34	

Планируемые результаты

Планируемые результаты соответствуют результатам первого уровня. Учащиеся смогут выступать на внеклассных мероприятиях в танцевальных композициях, принимать участие в хореографических конкурсах, массовых мероприятиях.