

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области
муниципальный район Кинельский
ГБОУ СОШ с. Чубовка

РАССМОТРЕНО
методическим
объединением учителей
Илюшина М.В.
Протокол №1
от 16. 09. 2022 г.

ПРОВЕРЕНО
Заместитель директора по
УВР
Мироненко М.В.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 121
от 16.08.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Курса внеурочной деятельности
«Ритмика»
для 4 класса

на 2022-2023 учебный год

Составитель:

Хусаинова Наталья Викторовна

учитель начальных классов

с. Чубовка 2022

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению кружка «Ритмика» для 4 класса разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования .

- ФГОС начального общвно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- Плана внеурочной деятельности МБОУ «Знаменская средняя школа» на 2019-2020 учебный год.
- «Примерных программ внеурочной деятельности». Начальное и основное образование. Под редакцией В.А.Горского. М. Просвещение. 2015г.;
- программы «Ритмика и танец» 1-4 классы, утвержденная Министерством образования
- авторской программы "Ритмика и танец". 4классы. Автор: Беляева В. Н. 2020г.

Метапредметными результатами спортивного клуба «Старт» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

Ожидаемый результат:

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Содержание учебного курса

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью, с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексy. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлексорным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу спортивного клуба

«Старт» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей. Формы занятий: Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Содержание программы

4 класс(34ч)

1. Игры с элементами легкой атлетики(11ч)
2. Игры с элементами пионербола (11ч)
3. Подвижные игры с элементами спортивных игр (12ч)

**Тематическое планирование
4 класс**

| № п/п | Тема | Кол-во часов |
|---|--|-----------------|
| Игры с элементами легкой атлетики (11ч) | | |
| 1 | Инструктаж по ТБ для учащихся. Что такое «Ритмика»? Основные понятия. | 1 |
| 2 | Позиции рук. Позиции ног. Основные правила. Встречная эстафета. «Волк и ягненок» | 1 |
| 3 | Комплекс ритмических упражнений | 1 |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Повтори!» | 1 |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Потолок - пол». | 1 |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Зима-лето» | 1 |
| 8 | Общеразвивающие упражнения. Игра «Волк во рву» | 1 |
| 9 | Общеразвивающие упражнения. Эстафета с мячами | 1 |
| 10 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 1 |
| 11 | Повторение изученных игр | 1 |
| Игры с элементами пионербола(11ч) | | |
| 12 | Игра «Защита укрепления» | 1 |
| 13 | Ритмико-гимнастические упражнения. Передачи в круге | 1 |
| 14 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 1 |
| 15 | Игра «Ракета и в яблочко» | 1 |
| 16 | «Эстафета с волейбольным мячом» | 1 |
| 17 | Общеразвивающие упражнения. Игра «Вышибалы» | 1 |
| 18 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 1 |
| 19 | Игры по выбору учащихся | 1 |
| 20 | Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Борьба за мяч» | 1 |
| 21 | Игра «Перестрелка» | 1 |
| 22 | Повторение изученных игр | 1 |
| Подвижные игры с элементами спортивных игр (12ч) | | |
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 |
| 24 | Игра "Умники и умницы" | 1 |
| 25 | Общеразвивающие упражнения. «Эстафета с мячами» | 1 |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения. «Мини-футбол» | 1 |
| 27 | Упражнения для улучшения гибкости | 1 |
| 28 | Общеразвивающие упражнения. Игра «Картошка» | 1 |
| 29 | Основные движения, переходы в позиции рук. Игра «Мяч соседу» | 1 |

| | | |
|----|---|---|
| 30 | Общеразвивающие упражнения. Эстафета с мячом. Бег по линиям. | 1 |
| 31 | Игра «Акулы и рыбешки» | 1 |
| 32 | Общеразвивающие упражнения. «Пионербол» | 1 |
| 33 | Упражнения на развитие координации. «Мини-футбол» | 1 |
| 34 | Закрепление изученных упражнений. Повторение изученных игр | 1 |