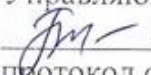


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 15 города Тюмени

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете МАОУ СОШ №15  
города Тюмени,  
протокол от 31.08.2026 № 1

СОГЛАСОВАНО  
Председатель  
Управляющего совета  
 /Пономаренко Н.А.  
протокол от 31.08.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ СОШ № 15  
города Тюмени  
Приказ от 31.08.2026 № 297  
 И.В. Носова



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

### Ритмика

4-я параллель: 4А, 4Б, 4В, 4Г, 4Д, 4Е, 4Ж, 4З, 4И, 4К, 4Л, 4М

34 часов в год; 1 ч в неделю

2026-2027 учебный год

Педагог, реализующий курс: Типясева В.В.

Тюмень, 2026

# 1. Содержание учебного курса

## Пояснительная записка

Программа предназначена для 4-й параллели на 2026-2027 учебный год. Основание – план внеурочной деятельности школы соответствующего уровня. Содержание представляет школьный проект для локального утверждения.

Цель: развивать чувство ритма, координацию и культуру совместного движения средствами музыкально-двигательных игр.

Возрастной акцент: сравнение вариантов и самостоятельное составление плана. Сквозной практический контекст: короткая ритмическая композиция без сложных трюковых элементов.

Организация: групповые занятия, работа в парах, обсуждение, практикум и мини-проект. Предусмотрены визуальные опоры, устный ответ и индивидуальный темп. Публичное выступление и раскрытие семейных сведений не обязательны.

Расчёт часов: 34 учебные недели для обычного годового курса. Календарный график школы не предоставлен; плановые даты заполняются после сверки каникул, выходных и расписания. Один час в КТП – академический; 0,5 в графах теории и практики – доля занятия, а не отдельный урок.

## 2. Планируемые результаты учебного курса

### Личностные результаты

Развитие интереса к содержанию курса, уважительного отношения к людям и результатам труда, готовности выполнять посильное общее дело и соблюдать правила безопасности. Личные убеждения и семейные обстоятельства не оцениваются баллами.

### Метапредметные результаты

Обучающийся учится ставить доступную цель, выбирать сведения для решения задачи, договариваться о роли, выслушивать партнёра и проверять результат. Возрастной ориентир: спланировать работу, распределить роли и проверить результат по критериям.

### Результаты по содержанию курса

Обучающийся сможет воспроизводить простой ритмический рисунок.

Обучающийся сможет согласовывать движение с темпом и сигналом.

Обучающийся сможет выполнять безопасную композицию с учётом своих возможностей.

### Оценка достижения результатов

Входная оценка – короткая ситуация по теме и беседа; текущая – наблюдение и продукты практических заданий; итоговая – групповой продукт с инструкцией для младшего школьника. Критерии: соответствие задаче, обоснованность, самостоятельность с учётом необходимых опор, безопасное сотрудничество. По каждому критерию фиксируется: «с поддержкой», «самостоятельно», «переносит в новую ситуацию». Итог – содержательная обратная связь, не отметка за личные качества.

## 3. Тематическое планирование

| № | Раздел            | Часы | Содержание                                                                   | Формы деятельности                                  |
|---|-------------------|------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 1 | Движение и музыка | 8    | Безопасная дистанция, разминка, самочувствие, начало и остановка по сигналу. | Беседа, практикум, работа в группе; продукт по теме |
| 2 | Координация       | 9    | Несложные сочетания рук и шагов; без акробатики и форсированной растяжки.    | Беседа, практикум, работа в группе; продукт по теме |

| № | Раздел           | Часы | Содержание                                                                              | Формы деятельности                                  |
|---|------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 3 | Образ в движении | 9    | Музыкальный характер, пластическая импровизация и уважение к разным способам выражения. | Беседа, практикум, работа в группе; продукт по теме |
| 4 | Общая композиция | 8    | Короткая доступная последовательность; добровольность публичного участия.               | Беседа, практикум, работа в группе; продукт по теме |
|   | Итого            | 34   |                                                                                         |                                                     |

#### **Методическое и материальное обеспечение**

Возрастные тексты и карточки, бумага, канцелярские материалы, доска; при наличии – компьютер педагога и экран. Предусмотрен печатный вариант цифровых заданий. Экскурсии проводятся только после согласования. Для ритмики и сборов оборудование и условия безопасности определяет ответственный специалист.

#### **Нормативные и методические основания**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ; ФГОС НОО (приказ от 31.05.2021 № 286); ФОП НОО (приказ от 18.05.2023 № 372) с действующими изменениями. Актуальные документы: [https://edsoo.ru/normativnyye-dokumenty-\\_/](https://edsoo.ru/normativnyye-dokumenty-_/) . Школьный план внеурочной деятельности на 2026-2027 год; календарный учебный график – после предоставления.

#### 4. Календарно-тематическое планирование

Даты вносятся педагогом после утверждения расписания. Практические задания выполняются в указанном возрастном контексте: короткая ритмическая композиция без сложных трюковых элементов.

| №  | Тема и учебная деятельность                                                                                       | Всего | Теория | Практика | Дата план | Дата факт |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|----------|-----------|-----------|
| 1  | Правила двигательной мастерской<br>Разобрать пример; сформулировать вопрос и объяснить выбранный способ действия. | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 2  | Музыкальный пульс<br>Сопоставить два примера; назвать существенное различие и подтвердить его данными.            | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 3  | Начало и остановка<br>Выполнить практическое задание; проверить результат по предложенным критериям.              | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 4  | Шаг под музыку<br>Обсудить решение в паре; записать или изобразить общий вывод.                                   | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 5  | Хлопки и ритм<br>Создать небольшой продукт по теме; получить отклик и внести исправление.                         | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 6  | Темп быстрый и медленный<br>Представить результат; назвать доказательство и следующий шаг работы.                 | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 7  | Тихо и громко в движении<br>Разобрать пример; сформулировать вопрос и объяснить выбранный способ действия.        | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 8  | Ритмическая переключка<br>Сопоставить два примера; назвать существенное различие и подтвердить его данными.       | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 9  | Направления движения<br>Выполнить практическое задание; проверить результат по предложенным критериям.            | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 10 | Рисунок шага<br>Обсудить решение в паре; записать или изобразить общий вывод.                                     | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 11 | Движение рук и корпуса<br>Создать небольшой продукт по теме; получить отклик и внести исправление.                | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 12 | Повторяем короткую связку<br>Представить результат; назвать доказательство и следующий шаг работы.                | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 13 | Меняем направление по сигналу<br>Разобрать пример; сформулировать вопрос и объяснить выбранный способ действия.   | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |
| 14 | Парное зеркальное движение<br>Сопоставить два примера; назвать существенное различие и подтвердить его данными.   | 1     | 0,5    | 0,5      |           |           |

| №  | Тема и учебная деятельность                                                                                          | Всего | Теория | Практика | Дата<br>план | Дата<br>факт |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|----------|--------------|--------------|
| 15 | Круг и линия<br>Выполнить практическое задание; проверить результат по предложенным критериям.                       | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 16 | Согласуем движения пары<br>Обсудить решение в паре; записать или изобразить общий вывод.                             | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 17 | Ритмическая эстафета<br>Создать небольшой продукт по теме; получить отклик и внести исправление.                     | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 18 | Маршевый характер<br>Представить результат; назвать доказательство и следующий шаг работы.                           | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 19 | Плавный характер<br>Разобрать пример; сформулировать вопрос и объяснить выбранный способ действия.                   | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 20 | Игровой характер<br>Сопоставить два примера; назвать существенное различие и подтвердить его данными.                | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 21 | Движение как рассказ<br>Выполнить практическое задание; проверить результат по предложенным критериям.               | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 22 | Выбор жеста персонажа<br>Обсудить решение в паре; записать или изобразить общий вывод.                               | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 23 | Смена музыкального образа<br>Создать небольшой продукт по теме; получить отклик и внести исправление.                | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 24 | Импровизация по условию<br>Представить результат; назвать доказательство и следующий шаг работы.                     | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 25 | Композиция малой группы<br>Разобрать пример; сформулировать вопрос и объяснить выбранный способ действия.            | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 26 | Показ и доброжелательный отклик<br>Сопоставить два примера; назвать существенное различие и подтвердить его данными. | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 27 | Замысел композиции<br>Выполнить практическое задание; проверить результат по предложенным критериям.                 | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 28 | Выбор музыкальных фрагментов<br>Обсудить решение в паре; записать или изобразить общий вывод.                        | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 29 | Порядок движений<br>Создать небольшой продукт по теме; получить отклик и внести исправление.                         | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |

| №  | Тема и учебная деятельность                                                                                      | Всего | Теория | Практика | Дата<br>план | Дата<br>факт |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|----------|--------------|--------------|
| 30 | Репетиция переходов<br>Представить результат; назвать доказательство и следующий шаг работы.                     | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 31 | Проверка безопасной дистанции<br>Разобрать пример; сформулировать вопрос и объяснить выбранный способ действия.  | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 32 | Работа над согласованностью<br>Сопоставить два примера; назвать существенное различие и подтвердить его данными. | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 33 | Творческий показ<br>Выполнить практическое задание; проверить результат по предложенным критериям.               | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
| 34 | Рефлексия и любимая ритмическая игра<br>Обсудить решение в паре; записать или изобразить общий вывод.            | 1     | 0,5    | 0,5      |              |              |
|    | Итого                                                                                                            | 34    | 17     | 17       |              |              |