

СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР МОУ «СОШ № 7 им. Героя Советского Союза Трынина А.С. г. Ртищево Саратовской области» _____/Бычкова Е.В./ « ____ » _____ 2022 г	УТВЕРЖДЕНО Директор МОУ «СОШ № 7 им. Героя Советского Союза Трынина А.С. г. Ртищево Саратовской области» _____/Балабешкина Е.В./ Приказ № _____ от « ____ » _____ 2022 г.
---	--

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
художественной направленности
«В ритме танца»
для обучающихся _____ классов
МОУ «СОШ № 7 им. Героя Советского Союза Трынина А.С.
г. Ртищево Саратовской области»
на 2022 – 2023 учебный год

Руководитель: Кузнецова Наталья Владимировна,
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

ПРИНЯТО
на заседании педагогического
совета
протокол № 1 от 30 августа 2022г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе основной образовательной программы начального общего образования МОУ «СОШ №7 им. Героя Советского Союза Трынина А.С. г. Ртищево Саратовской области».

Программа внеурочной деятельности художественной направленности составлена для обучающихся 5-х – 7-х классов и реализуется на занятиях кружка «В ритме танца», рассчитана на 34 занятия в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Цель программы – разностороннее физическое и духовное развитие детей, формирование их осознанного отношения к здоровому образу жизни, развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся.

Задачи программы.

Обучающие:

- ознакомить с различными направлениями танца;
- овладеть основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения;

Развивающие:

- развить танцевальные способности, чувство ритма и музыкальности.
- формировать чувство прекрасного.

Воспитательные:

- Привить интерес к танцевальным жанрам (народным, бальным, современным танцам), истокам возникновения народных танцев;
- воспитывать внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию.

Формы работы включают теоретическую и практическую часть.

Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий, основах здорового образа жизни.

Практическая часть занятий предполагает обучение двигательным действиям аэробики, танца, ритмической гимнастики, подвижных игр.

Каждая тема состоит из теоретической и практической части. В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории вплетается в ткань каждого учебного занятия. В конце каждого занятия учащиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод взаимооценки.

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга. Знания, умения и навыки, приобретенные на занятиях хореографией, находят широкое применение на других занятиях и уроках в школе.

Форма занятий – групповые и индивидуальные занятия, со всей группой одновременно и с участниками конкретно танца, могут участвовать учащиеся разных классов в зависимости от необходимости. Продолжительность занятия – 1 час в неделю.

Методы занятий:

- Словесный (объяснения, замечания)
- Наглядный (личный показ педагога)
- Практический (выполнение движений)

Структура занятия:

- Подготовительная часть (разминка)
- Основная часть (разучивание нового материала)
- Заключительная часть (закрепление выученного материала)

Актуальность программы.

Рабочая программа кружка «В ритме танца» направлена на выявление и развитие творческих способностей каждого ребенка приходящего на урок.

Необходимость знаний, заложенных в программе, обусловлена тем, что главной задачей педагога в процессе обучения являются воспитательные функции, формирующие интерес к занятиям танцем как потребность воспитания красоты и грациозности фигуры, как условия комфорта общения. Используемые танцевальные движения оказывают положительное влияние на здоровье детей. Воздействуя на мышечную систему, упражнения повышают двигательную активность, улучшается подвижность суставов, происходит восстановление после стрессовых ситуаций.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практически на занятиях, изучением танцевальных композиций и публичного выступления.

Хореография способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Программа обеспечивает реализацию следующих принципов:

- **принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- **принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные)
- **принцип доступности**, который требует, чтобы перед обучающимся ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающихся, их возможностей в освоении конкретных элементов.
- **принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся.

Прогнозируемый результат.

1. *В обучении:* научились двигаться плавнее, шире и более пространственно, стали более сильными и гибкими, координированными, научились взаимосвязи исполнения движения с дыханием, научились свободному импровизационному движению, избавились от скованности и зажатости.

2. *В развитии:* научились концентрироваться на процессе, на практическом применении информации, воспитанники овладели импровизационной свободой и способностью принимать творческие решения.

3. *В воспитании:* приобрели навыки самовыражения через движение, воспитанники получают удовольствие от танца, видна увлеченность процессом импровизации, понимают и умеют различать разные стили и направления в современном танце, в современной музыкальной культуре.

В ходе занятий воспитанники не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешной адаптации в обществе.

Программа внеурочной деятельности «В ритме танца» способствует формированию личностных, метапредметных и предметных учебных действий.

Личностные результаты:

В сфере личностных УУД будет формироваться

- установка на здоровый образ жизни;

- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с русскими народными танцами и играми;

- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;

- знание основных моральных норм на занятиях фитнесом и ориентации на их выполнение.

Метапредметные результаты:

В сфере познавательных УУД будут являться умения:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», фитнес;
- раскрывать понятия: синхронно, выворотню, музыкально, ритмично;
- выявлять связь занятий хореографией с досуговой и урочной деятельностью;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, аэробике, танцах.

В сфере регулятивных УУД будут являться умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила проведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении танцевальных комплексов, игровых ситуаций;
- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов		
		теоретических	практических	всего
1	Введение	-	1	1
2	Основы Классического танца	1	5	6
3	Народный танец	1	4	5
4	Современный танец	1	9	10
5	Постановочно-репетиционная работа	-	12	12
	ИТОГО	3	31	34

Содержание курса внеурочной деятельности «В ритме танца» 5-7 класс (34 часа)

1 Введение.

Инструктаж по ТБ. Знакомство с курсом обучения на учебный год.

2. Основы классического танца.

1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).

- плие;

- пор-де-бра.

2. Упражнения на середине зала:

- приседания и полуприседания;

- поднимание стопы на полупальцы;

- движение в координации руки ног по позициям, повороты.

3. Прыжки, верчения:

- прыжки на месте по I, II, III позициям ног;

- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.

4. Комбинации движений классического танца:

- этюды;

- координация движений руки ног в исполнении прыжков и верчений;
координация руки ног в исполнении движений на середине.

3. Народный танец.

- Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).

- Основные танцевальные движения:

- танцевальные шаги – скаблука, боковые, спритопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной;

- «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»;

- повороты, прыжки.

- Комбинации русского народного танца «Плясовая».

4. Современный танец.

Познакомить обучающихся с современными направлениями в хореографии. Объяснить положения рук и ног в современном танце. Уделить внимание составлению танцевальных композиций в современном стиле.

5. Постановочно-репетиционная работа.

1. Изучение движений танцевального номера.

2. Отработка движений танцевального номера.

3. Соединение движений в комбинации.

4. Репетиционная работа.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Примечание
			План	Факт	
Введение (1 ч.)					
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1			
Основы классического танца (6 ч)					
2.	Постановка рук, позиции ног классического танца.				
3.	Пластика движений	1			
4.	Элементы классического танца.	1			
5.	Работа над техникой движений	1			
6.	Прыжки классического танца	1			
7.	Работа над техникой исполнения	1			
Народный танец (5 ч)					
8.	Элементы народного танца.	1			
9.	Комбинации элементов народного танца	1			
10.	Работа над техникой исполнения	1			
11.	Дробные выстукивания. Разучивание	1			
12.	Дробная дорожка.	1			
Современный танец (10ч)					
13.	Знакомство с современными танцевальными направлениями	1			
14.	Основные движения хип-хоп	1			
15.	Работа над техникой движений	1			
16.	Разучивание танцевальной комбинации	1			
17.	Танцевальная связка	1			
18.	Работа над комбинацией	1			
19.	Основные движения зумба	1			
20.	Комбинация в стиле зумба. Разучивание	1			
21.	Комбинация в стиле зумба. Закрепление.	1			
22.	Комбинация в стиле зумба. Закрепление.	1			
Постановочно-репетиционная работа (12ч)					
23.	Танец в стиле латино. Разучивание.				
24.	Работа на танцевальными связками танца	1			
25.	Отработка отдельных элементов	1			
26.	Отработка отдельных элементов	1			
27.	Разучивание танца вальс	1			

28.	Рисунок танца. Разучивание	1			
29.	Работа над отдельными элементами танца	1			
30.	Работа над отдельными элементами танца	1			
31.	Работа над плавностью движений	1			
32.	Отработка отдельных элементов танца	1			
33.	Работа над техникой исполнения.	1			
34.	Работа над техникой исполнения.	1			

Используемая литература:

- 1.Шорман Н.С. « Начальный курс занятия танцем »-М, Астра, 2011
- 2.Е.Черемнова «Танцетерапия» - Ростов 2008
- 3.Теплякова О.Н., Козлова О.Л.– Практическая энциклопедия развивающих игр- М., 2007
- 4.Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение – М., 2010
- 5.Пронина М. Азбука современного танца. – Волгоград: «Пегас», 2000г.

Интернет ресурсы

Материал из Википедии — свободной энциклопедии- <http://ru.wikipedia.org>

Каталог спортивных организаций <http://sportschools.ru>

http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1- о методике партнерного экзерсиса- «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».

<http://www/livelib.ru/> «В помощь хореографу»

[http:// infourok](http://infourok) «Танец моя любовь» Инфоурок

[http:// depositfiles/com.e6t0f5wxr](http://depositfiles.com.e6t0f5wxr) « Мы играем и танцуем» видео учебник