МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Хабаровского края

Управление образования, молодёжной политики и спорта администрации Амурского муниципального района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа пос. Известковый

УТВЕРЖДАЮ
Приказ № 316
от «31» августа 2023г.
Директор
О.А.Андриевская

Андриевская Ольга Анатольевна

Подписан: Андриевская Ольга Анатольевна
DN: C=RU, S=Хабаровский край, L=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ПОС.ИЗВЕСТКОВЫЙ АМУРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ХАБАРОВСКОГО КРАЯ, ЗНИЛС=05513686349, ИНН=270605776785, E=buk-mbou.izv@yandex.ru, G=Ольга Анатольевна, SN=Андриевская, CN=Андриевская Ольга Анатольевна
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение:
Дата: 2023.11.15 14:47:15
Foxit Reader Версия: 9.1.0

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Спортивные танцы»

для обучающихся 2-4 класса

Срок реализации 1 год

Составитель
Надежкина Наталья Евгеньевна
учитель начальных классов

пос. Известковый
2023год

Пояснительная записка

Рабочая программа для 1-4 классов по внеурочной деятельности «Спортивные танцы» составлена на основе федерального государственного стандарта среднего (полного) общего образования, ООП НОО МБОУ СОШ пос. Известковый и авторской программы по физической культуре для 1-4 классов общеобразовательных учреждений (автор-составитель Добовчук С.В. - М.: МГИУ, 2019).

Общая характеристика учебного предмета

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Занятия спортивным танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Спортивные танцы» предназначена для преподавания основ спортивного танца в режиме внеурочной деятельности. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Цели и задачи обучения.

Образовательная цель программы:

приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного спортивного танца.

Развивающая цель программы:

воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы:

профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Задачи:

объяснить детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;

привить интерес к занятиям, любовь к танцам;

гармонически развить танцевальные и музыкальные способности, память и внимание;

узнать о разнообразии танцевальных образов;

развить выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;

воспитать культуру поведения и общения;

развить творческие способности;

организовать здоровый и содержательный досуг.

Описание места в учебном плане

Планируемые результаты

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Спортивные танцы».

К числу планируемых результатов освоения курса программы отнесены:

- личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей
- метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий
- предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций на необходимом уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Требования выполнения УУД к концу освоения курса

1. Спортивные танцы, элементы музыкальной грамоты:

иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец;

иметь понятия об основных танцевальных жанрах: эстрадный танец, диско;

исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;

знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;

уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;

чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;

уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;

отмечать в движении сильную долю такта;

выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;

иметь навыки актёрской выразительности;

2. Танцевальная азбука:

знать 3 позиции ног и рук спортивного танца;

усвоить правила постановки корпуса;

уметь исполнять основные упражнения на середине зала;

знать 3 танцевальных термина;

знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы танца в простой комбинации;

иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;

знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;

знать 2 положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;

уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые,

3. Танец:

Знать и уметь применять 5 понятий: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно)

По окончании реализации программы дети должны уметь исполнить: , спортивный танец, рок- н- ролл, свой национальный танец, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях , современные танцы , иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

4. Творческая деятельность:

раскрытие творческих способностей;

развитие организованности и самостоятельности;

иметь представления о народных танцах.

Содержание работы

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие модули:

Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

Танцевальная азбука (тренаж).

Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).

Беседы по хореографическому искусству.

Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого модуля содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

«Спортивные танцы и элементы музыкальной грамоты».

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;

художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 10-11 лет, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

«Танцевальная азбука».

Этот модуль включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

«Танец»

Этот модуль включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения
- разучивание танцевальных композиций.

В начале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом

объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика;
- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

«Беседы по хореографическому искусству»

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства.

«Творческая деятельность».

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я- художник по костюмам» и др.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Кроме этого в содержание модуля входят задания по развитию ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по темам.

Тематическое планирование

Раздел	Количество часов	Виды деятельности	
		Аудиторные/внеаудиторные	Теория/практика
«Спортивные танцы и элементы музыкальной грамоты».	4	1/3	1/3
«Танцевальная азбука».	6	1/5	2/4
«Танец».	10	2/8	2/8
«Беседы по хореографическому искусству».	6	1/5	2/4
«Творческая деятельность».	9	1/8	3/6

Список использованных источников

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)

8. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
9. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
10. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
12. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)

Учебно-методический комплекс

1. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (-Киев: Музична Украіна, 1985)
2. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
3. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009)
4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ» (3-4 КЛАСС)

№	Тема занятий	Дата		Формы работы
		План	Факт	
1	Введение. Что такое спортивные танцы.			викторина
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.			наблюдение
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.			наблюдение
4	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по			наблюдение

	отношению к зрителю. Ракурс.			
5	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.			дефиле
6	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.			дефиле
7	Ритмическая схема. Ритмическая игра.			концерт
8	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).			наблюдение
9	Простейшие танцевальные элементы в форме игры			эксперимент
10	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.			викторина
11	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.			наблюдение
12	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения			наблюдение
13	Упражнения для профилактики плоскостопия.			наблюдение
14	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.			викторина
15 16	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».			наблюдение
17 18	Упражнения на расслабление мышц.			наблюдение
19 20	Изучение танца Диско.			конкурс
21 22	Элементы современного и спортивного танца.			Викторина «Угадай мелодию
23 24	Упражнения для растяжки.			наблюдение
25 26	Музыкально-танцевальные игры.			викторина
27 28	Постановка танцевальной композиции.			конкурс
29 30	Эстрадные танцы.			дефиле
31	Викторина «Угадай мелодию».			дефиле
32 33	Элементы спортивного танца.			викторина
34	Дефиле.			концерт
35	Музыкально-ритмические упражнения.			наблюдение