

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НИЗОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Рассмотрено на МО

Руководитель:

Фомина О.П.

Дата: 19.06.2019г

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора по УВР

Солоненко Е.В.

Дата: 19.06.2019г

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Низовская СОШ»

Семеновых И.Н.

Дата: 24.06.2019г



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«В мире танца»
Общекультурной направленности
1 класс**

Составитель:

Учитель танцев первой
квалификационной категории
Кирилина Л.А.

2019 – 2020 учебный год

I Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

- сформированность внутренней позиции учащегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям.
- наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.
- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- способность учащегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление опыта представления о ритме, синхронном движении;
- наблюдение за разнообразными явлениями окружающего мира
- навык умения учиться:
- решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Познавательные:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Коммуникативные:

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

II Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Форма организации: танцевальная студия

Виды деятельности: оздоровительная деятельность, хореографическая деятельность

Общая характеристика программы курса.

На уроках танца постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по танцам тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки танца, наряду с другими предметами, способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается

пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия танцами положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки танца оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки танца в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

В программу включены комплексные занятия, которые состоят из:

1. Упражнений на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастических упражнений.
3. Танцевальных упражнений.
4. Игр под музыку.

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

2. Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление 8 ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в

сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. Танцевальные упражнения.

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Танцы и пляски Пальчики и ручки.

Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».

Стукалка. Украинская народная мелодия.

Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.

Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.

Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.

4. Игры под музыку

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

III Тематическое планирование

№ п\п	Тема занятия	Количество часов
1	Вводное занятие: Чарующий мир танца! Разучивание комплекса упражнений для разминки. Разучивание танца «Учитель танцев».	1
2	Разрешите пригласить на танец! Разучивание комплекса упражнений для разминки. Вежливость и хорошие манеры в танце: приглашение, отказ, поклон Разучивание танца «Барбарики».	1
3-4	Азбука музыкального движения. Разучивание элементов классического танца. Постановка корпуса. Позиции рук. Позиции ног. Игры под музыку.	2
5	Азбука музыкального движения. Общеразвивающие упражнения. Отработка танца «Барбарики!»	1
6	Азбука музыкального движения. Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку. Отработка танца «Учитель танцев»	1
7	Азбука музыкального движения. Движения на развитие координации. Бег и подскоки. Разучивание танца «Что манит птицу».	1
8	Азбука музыкального движения. Движения по линии танца. Отработка танца	1

	«Что манит птицу».	
9	Танцевальная игротека. Комбинация «Гуси». Разучивание танца «Фиксики».	1
10	Танцевальная игротека. Комбинация «Слоник». Отработка танца «Фиксики».	1
11-15	Новогодний переполох. Постановка и разучивание новогодних танцев.	5
16	Азбука музыкального движения. Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные игры.	1
17	Азбука музыкального движения. Позиции в паре. Основные правила. Элементы современного танца. Современный танец «Диско».	1
18	Азбука музыкального движения. Упражнения для улучшения гибкости. Игры под музыку.	1
19	Веселые ладошки. Комбинация «Ладошки». Разучивание танца «Soco. Bachi. Vira».	1
20-21	Танец «Стирка»	2
22-24	Подарок мамам! Подготовка танцевального номера для праздника 8 марта.	3
25-26	Игры под музыку. Разучивание танца-сценки «У оленя дом большой».	2
27-30	Танцевальный калейдоскоп. Общеразвивающие упражнения современных танцев. Разучивание танца «Ракета».	4
31-32	Репетиция	2
33	Урок-смотр знаний	1