

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа № 89  
городского округа Самара

Проверено

Заместитель директора по УВР

 М.В.Гришенкова

«01» 09 2022г

Утверждаю

Директор МБОУ «Школа №89»

 И.Ф.Новосельцева

«01» 09 2022г. Приказ № 122-09

Рабочая программа  
внеурочной деятельности

по курсу «Ритмика и танцы»

Направление внеурочной деятельности спортивно-оздоровительное

ФИО педагога Ивашиненко С.А.

Срок реализации 2 года

Возраст детей 6 класс

Год составления 2019

## **Пояснительная записка**

### **Введение**

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено художественно-эстетическое направление.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Хореография» рассчитана на 2 года, с нагрузкой по 1 часу в неделю.

Хореография – искусство синтетическое, в ней музыка живёт в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. Дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телевизора, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Во-первых, танец - это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во-вторых - искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

**Цель и задачи обучения, воспитания и развития детей  
по художественно-эстетическому направлению  
внеурочной деятельности**

Данная программа предназначена для занятий хореографией, танцами, ритмикой со школьниками, имеющими склонность к танцевальной деятельности. На данные занятия принимаются все физически здоровые дети.

Программа позволяет последовательно решить задачи по музыкальному и физическому, эстетическому и нравственному воспитанию школьников. Формирует представление о культуре танца, влияет на улучшение состояния здоровья, воспитание личности, способной к самостоятельной, творческой деятельности. А также программа дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения.

**Целью** данной программы является способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

**Основными задачами преподавания этого предмета являются:**

1. развитие танцевальных способностей, художественного воображения, эстетического чувства и понимания прекрасного;
2. формирование у учащихся двигательных навыков;
3. формирование танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала;
4. обучение учащихся знаниям основ музыкального и хореографического искусства;
5. осуществление эстетического, нравственного и трудового воспитания учащихся;
6. улучшения состояния здоровья у школьников;
7. воспитание интереса и любви к искусству.

**Для реализации этих задач программой предусмотрены основные виды занятий:**

- прослушивание музыкального материала.

- теоретические занятия;
- практические занятия;

Все виды занятий в процессе обучения должны быть тесно взаимосвязаны и дополнять друг друга.

Занятия по хореографии помогают учащимся почувствовать через музыку и мышечные ощущения окружающий мир. Для развития зрительной и мышечной памяти следует каждый раз на занятиях повторять основные упражнения.

Главным помощником на занятиях хореографии является музыка. Эмоционально активное воспитание помогает детям найти движения и исполнять их правильно. Для того чтобы приобщить школьников к музыке, активизировать их внутренний духовный мир, необходимо постоянное звучание музыки на занятиях.

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником общеобразовательного учреждения целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием.

## **Характеристика основных результатов, на которые ориентирована программа:**

Данная программа ориентирована на формирование гармонически развитой личности средствами программы «Хореография ». 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; видения красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
- **предметные результаты** - выполнение хореографических комбинаций на необходимом уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умение характеризовать музыкальное произведение, согласовать музыку и движение.

**Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников  
распределяется по трем уровням.**

Первый уровень результатов достигается относительно простыми формами, второй уровень более сложным, третий уровень- самыми сложными формами внеурочной деятельности.

- **Первый уровень результатов-** приобретение учащимися социального знания (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. д.); понимание социальной реальности и повседневной жизни.
- **Второй уровень результатов-** получение школьником опыта переживания позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальным реальностям в целом.
- **Третий уровень результатов-** получение школьником опыта самостоятельного общественного действия.

**Особенности реализации программы внеурочной деятельности:  
количество часов и место проведения занятий.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению «Хореография » предназначена для обучающихся 5-9 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут.

Занятия проводятся в специальном зале, который представляет собой просторное помещение с деревянным полом и оборудован специальными станками и зеркалами. В зале необходимо иметь музыкальное сопровождение (музыкальный центр).

## Содержание программы и методические рекомендации

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Ритмика и танец» предназначена для обучающихся 6 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год.

Содержание программы опирается на возрастные особенности детей, улучшение состояния здоровья, развитие музыкального слуха и двигательных навыков учащихся.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, посещение концертов, фестивалей.

Отчеты занятия планируются в виде открытых занятий или на праздниках в школе, но в любом случае с приглашением родителей учащихся, педагогов, художественных руководителей.

В первый год обучения учащиеся осваивают основные элементы упражнений. Проводится формирование и обучение элементов движений. При этом формируется музыкальная грамотность, отрабатываются основные понятия (темп, ритм и т.д.). Первый год обучения особое внимание уделяется формированию и отработке основных позиций рук и ног. В течение года осуществляется коррекция движений, и вводятся элементы танцев.

Второй год обучения проводится наработка навыков и умений, создаются танцевальные композиции, в которые включаются все ранее изученные элементы. Происходит соединение музыки и движения. В конце года формируются танцевальные коллективы, которые имеют завершённую программную композицию. В это время учащиеся уже самостоятельно могут создавать танцевальные комбинации на имеющемся наработанном материале.

## Тематическое планирование

по программе внеурочной занятости «Хореография »

6 класс 1 год обучения

№ п/п	Тема учебного занятия	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	ПТБ на уроке. Общеразвивающие упражнения. Хореография	1	0,5	0,5
2-3	Элементы бального танца «Джайв»	2	1	1
4-5	«Венский вальс» - элементы	2	1	1
6	Совершенствование бального танца. Элементы ритмики	1		1
7	Элементы историко-бытового танца	1	0,5	0,5
8	Элементы бытового танца	1	0,5	0,5
9	«Полонез», работа в парах	1		1
10	Спортивный танец «Джайв»	1		1
11	Элементы спортивного танца, связки элементов	1	0,5	0,5
12	Дискотечный танец, его элементы	1	0,5	0,5
13	Элементы и связки дискотечного танца	1	0,5	0,5
14	«Рок-н-ролл», «Танго»	1	0,5	0,5
15	Бальный танец «Танго»	1		1
16	Изучение опорных шагов «Танго»	1	0,5	0,5
17	Изучение квадратов «Танго»	1	0,5	0,5
18	Работа в парах «Танго»	1		1
19	Танцевальная композиция в стиле «Твист»	1	0,5	0,5
20	«Твист», изучение связок, элементов	1	0,5	0,5
21	«Твист», совершенствование	1		1
22	Современный танцевальный этюд			

23	Флешмоб, танцевальный этюд			
24	Современный танцевальный этюд			
25- 26	Современные танцевальные движения	2	1	1
27	Повторение спортивных и дискотечных композиций	1		1
28- 32	Подготовка к показательным выступлениям	5		5
33- 34	Показательные выступления	2		2
Итого		34	8,5	25,5

6 класс 2 год обучения

№ п/п	Тема учебного занятия	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	ПТБ на уроке. Хореография диско-танец	1	0,5	0,5
2-3	Хореография. Диско-танец	2	1	1
4-6	Хореография. Вальс. Движение рук, ног	3	1	2
7-8	Бальные танцы. История и элементы	2	0,5	1,5
9- 11	Бальный танец в парах. Совершенствование бального танца	3		3
12- 13	Бальный танец «Танго», элементы и его совершенствование	2	0,5	1,5
14- 15	Хореография у станка	2	0,5	1,5
16- 17	Партерная хореография	2	0,5	1,5
18	Хореографические композиции в стиле ретро	1	0,5	0,5

19	Хореографические композиции в русском стиле	1	0,5	0,5
20- 22	Хореографические композиции в стиле диско-танца	3	1	2
23- 24	Хореография с элементами бального танца	2	0,5	1,5
25- 32	Подготовка к показательным выступлениям	8		8
33- 34	Изучение опорных шагов «Танго»	2		2
Итого		34	7	27

## Список используемой литературы

1. Шипилина, И. А. Хореография в спорте : учебник для студентов. / автор И.А. Шипилина., М. Просвещение 2017г.
2. Блинов, И.И. Балетная школа. / И.И.Блинов, Е.А.Веселкова . - С.-П., 2018.
3. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. / А.Я. Ваганова. - М. : Просвещение, 2017
4. Пасютинская, В. Волшебный мир танца. / В. Пасютинская - М.: Просвещение, 2018
5. Эльянш, Н.И. Образы танца. Танцевальные направления. / Н.И.Эльянш М.: Просвещение,2017
6. Конорова, Е.В. Роль танца в эстетическом воспитании школьников. / Е.В.Конорова. - М. : Просвещение, 2018
7. Ярмолович, С.В. Принципы оформления урока классического танца. / С.В. Ярмолович. - М. : Просвещение, 2017





