

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа п. Усть-Уда**

**«СОГЛАСОВАНО»**

Заместитель директора по УВР

 Константинова В.В.

28.08.2021г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор МБОУ СОШ п. Усть-Уда

 Епонешникова О.М.

Приказ №76 от 31.08.2021г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
рабочая программа**

**«В ритме танца»**

**(общекультурное направление)**

**Класс – 1, 4, 11**

**Педагог дополнительного образования:  
Хаткевич Елена Юрьевна**

2020-2021 учебный год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «В ритме танца» составлена на основе авторской программы Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. «Композиция и постановка танца», утвержденной МОП РФ в соответствии с требованиями ФГОС.

Программа рассчитана для детей 4-11 классов, для того чтобы получить элементарные и основные танцевальные навыки и умения.

Направленность программы танцевального кружка по содержанию является художественно – эстетической, общекультурной, по форме организации кружковой, рассчитанной на 1 года.

**Актуальность программы** обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Именно средствами танцевальной деятельности возможно формирование социально активной творческой личности, способной понимать общечеловеческие ценности, гордиться достижениями отечественной культуры и искусства, способной к творческому труду, сочинительству, фантазированию.

Педагогическая целесообразность данного курса для школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно - эстетические чувства, т. к.

именно в школе закладывается фундамент творческой личности, закрепляются нравственные нормы поведения в обществе, формируется духовность.

### **Цели и задачи реализации программы.**

#### **Цели:**

развитие ребёнка и детского коллектива через создание особой среды формирования общих культурных интересов и совместной деятельности детей, формирование национального самосознания и высоких духовных качеств ребёнка как гражданина России, формирование творческих способностей детей.

#### **Задачи:**

1. Раскрывать танцевальные способности детей через двигательную активность.
2. Научить выполнять упражнения для укрепления и развития тела.
3. Научить выполнять элементы народного танца.
3. Развивать чувство ритма через обучение танцам.
4. Воспитывать любовь к русским народным танцам, к музыке, к русским традициям через изучение элементов русского народного танца и развитие умения исполнять русский танец.
5. Формировать детский коллектив через совместную деятельность.

## **Формы и методы работы.**

В процессе обучения используются следующие формы работы:

- теоретические занятия ( беседы, изучение истории развития и появления танцев, викторины, чтение литературы,
- практические занятия по хореографии и танцам.

## **Режим занятий.**

Расписание занятий кружка строится из расчета два занятия в неделю. Каждое занятие длится 40 минут. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

Данная программа ориентирована на формирование и развитие следующих универсальных учебных действий.

## **Личностные универсальные учебные действия.**

У ученика будут сформированы:

- готовность и способность к саморазвитию;
- развитие познавательных интересов, учебных мотивов;
- знание основных моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь, правдивость, честность, ответственность.) - формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;
- эмпатии как понимание чувств других людей и сопереживание им;

## **Регулятивные универсальные учебные действия**

У ученика будут сформированы:

- оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- вносить необходимые коррективы;
- уметь планировать работу и определять последовательность действий. - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- активизация сил и энергии к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта.

## **Познавательные универсальные учебные действия**

У ученика будут сформированы

- самостоятельно включаться в творческую деятельность
- осуществлять выбор вида чтения в зависимости от цели. - осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме;

## **Коммуникативные универсальные учебные действия**

У ученика будут сформированы:

-допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;

-учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. - адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

- Уметь различать различные жанры музыкальных произведений
- Знание классической базы (позиции ног, рук).
- Различать сильные и слабые доли в музыке.
- Добиться полной связи движений с музыкой.
- Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения.
- Уметь в движениях передать характер музыки.
- Освоить различные танцевальные движения.
- Уметь танцевать 2-3 танца.

**У ученика будут сформированы:**

-внутренняя позиция ребёнка на основе положительного отношения к школе; включаться в творческую деятельность под руководством учителя.

Получение ребёнком опыта переживания и позитивного отношения к ценностям общества.

-развитие познавательных интересов, учебных мотивов

-уважительное отношение к иному мнению и культуре других народов.

**Ученик получит возможность для формирования:**

-формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;

Получение ребёнком опыта самостоятельного общественного действия.

-вносить необходимые коррективы;

-уметь планировать работу и определять последовательность действий.

Целеустремлённость и настойчивость в достижении целей; готовность к преодолению трудностей.

- оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки.

А так же избавляется от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретает общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, ответственность перед коллективом.

### **ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА**

- Компьютер
- Музыкальный центр
- Диски с записью танцев
- Диски с музыкой

### **Тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Темы разделов рабочей программы</b>	<b>Количество часов</b>
1	Цикл подготовительных движений (наклоны, повороты, смещение вправо и влево)	26
2	Разучивание основных движений танцев	22
3	Постановка танца	20
	<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>

## Календарно-тематическое планирование

### «Ритмические танцы»

№/ п	Наименование темы
1-2	Физическая культура и спорт в России. История развития ритмической гимнастики.
3-4	Охрана здоровья детей на занятиях и правила поведения в зале. Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль.
5-6	Тестирование по тесту «Самая гибкая, сильная, выносливая»
7-8	Основы хореографии-позиции рук, ног. Стретчинг – упражнения йоги.
9-10	Постановка и репетиция танцев. ОФП- прыжки /скакалка, скамейка/
11-12	Аэробика – выполнение комплекса ОФП – подвижные игры
13-14	Аэробика – выполнение комплекса. Программа психо-эмоционального здоровья детей /беседа/
15-16	Постановка и репетиция танцев. Аэробика – выполнение комплекса.
17-18	Стретчинг – упражнения йоги. Основы хореографии – полуприседания и глубокие приседания.
19-20	Аэробика – выполнение комплекса. Постановка и репетиция танцев.
21-22	Основы хореографии - выдвигание ноги вперед, сторону, назад на носок. ОФП – бег на месте, вращение обруча, прыжки на скакалке.
23-24	Аэробика – выполнение комплекса Стретчинг – упражнения йоги.
25-26	Аэробика – выполнение комплекса. Программа психо-эмоционального здоровья детей /беседа/
27-28	Основы хореографии –подъем на полупальцы ОФП – прыжки через скамейку.
29-30	Постановка и репетиция танцев. Стретчинг – упражнения йоги.
31-32	Постановка и репетиция танцев. Акробатика – стойки на лопатках, голове, руках.
33-34	Степ-аэробика – разучивание композиции. Постановка и репетиция танцев.
35-36	Аэробика – выполнение комплекса Программа психо-эмоционального здоровья детей./Тест/
37-38	Степ-аэробика – разучивание композиции. Стретчинг – упражнения йоги.
39-40	Основы хореографии – круговые движения ногой. Степ-аэробика – разучивание композиции.
41-42	Постановка и репетиция танцев.

	ОФП – бег на месте, прыжки на скакалке.
43-44.	Степ-аэробика – разучивание композиции. Стретчинг – упражнения йоги.
45-46	Степ-аэробика – разучивание композиции. Стретчинг – упражнения йоги.
47-48	Аэробика – выполнение комплекса Программа психо-эмоционального здоровья детей/Тест/.
49-50	Основы хореографии – большие броски под прямым углом в сторону и назад. Стретчинг – упражнения ойги.
51-52	Степ-аэробика – разучивание композиции. Стретчинг - упражнения йоги.
53-54	Постановка и репетиция танцев. ОФП – упражнения на гимнастической стенке.
55-56	Основы хореографии – поднятие ноги под прямым углом вперед, сторону. Степ-аэробика – разучивание композиции.
57-58	Степ-аэробика – разучивание композиции. ОФП – подвижные игры и эстафеты.
59-60	Постановка и репетиция танцев. Акробатика – мост с опорой на руки и одну ногу.
61-62	Постановка и репетиция танцев. Стретчинг – упражнения йоги.
63-64	Программа психо-эмоционального развития детей./Беседа/. ОФП – прыжки через скамейку.
65-66	Показательное выступление.
67-68	Показательное выступление.