

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 6 имени  
Героя Советского Союза А.В. Новикова города Новокуйбышевска  
городского округа Новокуйбышевск Самарской области  
446218, Самарская область, г.о. Новокуйбышевск, пер. Школьный д. 7, тел. 4-70-08

РАССМОТРЕНА  
на заседании ШМО  
классных руководителей  
Протокол № 1 от  
« 29» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНА  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Паршина А.С.  
«29» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА  
Директор ГБОУ ООШ № 6  
Приказ № 600-ОД от 29.08.23  
\_\_\_\_\_ Кабина О.И.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Танцевальный ритм» 1-4 классы**  
***(спортивно-оздоровительное направление)***

Составители: Батюшева О.А.



г. Новокуйбышевск  
2023 год

C=RU, O=ГБОУ ООШ № 6 г.  
Новокуйбышевска,  
CN=Кабина О.И.,  
E=sch6\_nkb@samara.edu.ru  
я подтверждаю этот  
документ  
00b7d5d2343e91d607  
2023.29.08 08:04:08+04'00'

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Школа танцев» реализует общекультурное направление во внеурочной деятельности в 1-4 классах в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования второго поколения.

### **Нормативно – правовая база**

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
3. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации;
4. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в ОУ;
5. Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям образования.
6. Программа внеурочной деятельности для учащихся начальной школы

### **Назначение программы**

Основное назначение программы - раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела, потребность ребенка в здоровом образе жизни. В педагогике с давних времен известно, какие огромные возможности воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. Об этом знали еще в Древней Греции, где формировалось представление о том, что основой прекрасного является, по мнению Платона, «трудно представить себе лучший метод воспитания, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в движениях: гимнастика для тела и души...»

Педагоги-психологи отмечают, что танец - особенно интересный вид искусства, он приучает детей быть внимательными и ответственными, ведь нужно, чтобы все движения выполнялись в такт одновременно всей группой. А так же, при изучении танцев воспитанники прилагают намного больше усилий, чем, скажем, при занятиях физкультурой, т.к. при выполнении определенных упражнений нужно владеть и мимикой и жестами и акробатическими данными одновременно, а это в свою очередь развивает все мышцы и выразительность ребенка (а не только мышцы рук и ног), благодаря чему улучшается работа всех органов, улучшается самочувствие и вырабатывается правильная красивая осанка. Изучение танца несет в себе массу положительной энергии, так как это движение, а двигаться под музыку любят все дети с раннего возраста.

Данная программа развивает внимание, волю, пластику, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленных также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, способствующих импровизации движений под музыку, что требует

свободного и осознанного владения телом.

При освоении данной программы у воспитанников формируется художественная и духовная культура, развивается творческая активность. Общекультурная деятельность детей находит разнообразные формы выражения при изучении различных танцевальных композиций.

**Актуальность программы** состоит в том, что творческая деятельность воспитанников при изучении танцев создает своеобразно эмоционально наполненную среду увлеченных детей и педагогов, в которых осуществляется «создание танцевального шедевра», где дети настроены на успех.

Следует также заметить, что с каждым годом растет число детей, страдающих заболеваниями позвоночника, верхних дыхательных путей, сердечно - сосудистыми заболеваниями, ожирением. Причем болезни эти с каждым годом молодеют. Так, например, встречаются дети с заболеванием остеохондроза не достигшие 10-ти летнего возраста. А сравнительно недавно (20-25 лет назад) этим заболеванием страдали люди, достигшие 40- 45 лет. Одной из причин является гиподинамия, т.е. недостаточная двигательная активность, отсутствие активной физической нагрузки. Многие дети свободное время проводят за компьютером и телевизором, мало внимания уделяют занятиям спортом и прогулкам на свежем воздухе. Если у ребенка до семилетнего возраста не выработалась привычка регулярно выполнять физические упражнения, если он не окреп и не приобрел необходимые навыки и умения, то с первого года обучения в школе ему придется трудно, т.к. учебный процесс требует значительного умственного и нервно-психического напряжения.

Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывают мобилизацию защитных сил организма, повышают деятельность лейкоцитов.

Актуальностью программы является также вовлечение родителей в воспитательный и образовательный процесс, их помощь и поддержка при прохождении программы, в достижении ребенком определенных результатов, а также заинтересованность родителей в физическом и психическом здоровье своего ребенка.

#### **Перспективность курса.**

Учащиеся осваивают программу, стремятся заниматься танцами и вести здоровый, подвижный образ жизни, занимаются танцами самостоятельно, интересуются танцами народов мира и современной хореографией, историей возникновения танцев. Главным результатом программы является сплоченный детский коллектив с устойчивым интересом к выбранному виду деятельности. Пройдя все этапы образовательного процесса в коллективе учащиеся приобретают следующие знания, умения и навыки:

- навыки музыкально-ритмической деятельности, правильного и выразительного движения;
- эмоциональную выразительность;
- усвоение основ классического, народно-сценического, современного детского танцев, освоение хореографической терминологии, основ акробатики и гимнастики;
- использование приобретенного творческого потенциала в процессе занятий и постановочной работе;
- понимание межличностных отношений в ходе общих дел;
- учатся аккуратности и дисциплинированности.

На основе данной программы формируется базовая культура личности ребенка, включающая в себя потребность в здоровом образе жизни и укреплении его, воспитание потребностей к труду, как к первой жизненной необходимости и способу достижения жизненного успеха, формирование целеустремленности, воспитание свободной личности, развитие духовных потребностей к самопознанию.

Программа ориентирована на учащихся вторых классов 7-11 летнего возраста.

Программа «Школа танцев» рассчитана на 1 год обучения, 34 учебных часа (1 раз в неделю). Это начальный этап, на уровне исполнительской, репродуктивной деятельности, предполагает знакомство воспитанников с танцевальным творчеством, особенностями построения танцевальных композиций; обучение простейшим двигательным навыкам и умениям, освоение элементарных хореографических элементов. Этап способствует развитию интереса к творчеству в коллективе.

Продолжительность составляет 40 минут в соответствии с внутренним режимом работы школы и требованиям СанПиН.

**Цель:** раскрытие индивидуальных возможностей личности ребенка в целом и его определенных способностей.

**Задачи программы:**

**ПРЕДМЕТНЫЕ:**

- Учить ребенка важнейшим хореографическим упражнениям, передавать характер музыки, ее образное содержание через пластику движений под музыку; обучать навыкам танцевального мастерства, формировать музыкально-ритмические навыки, формировать начальные навыки актерского мастерства, систему знаний, умений и навыков по основам хореографии.

- Развивать музыкальность, двигательные качества и умения, творческие способности, нравственно-коммуникативные качества личности, артистические способности, координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость, внимательность и наблюдательность, творческое воображение и фантазию через танцевальные композиции и разнообразные упражнения, формировать правильную осанку.
- Воспитывать толерантность, способность к сопереживанию, формировать потребность в здоровом образе жизни, приобщать к миру танца, музыки и грации.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ:**

#### **1. Регулятивные УУД:**

- Определять и формулировать** цель деятельности с помощью педагога.
- Проговаривать** последовательность действий на занятии.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **работать** по предложенному плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с педагогом и другими воспитанниками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности группы на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### **2. Познавательные УУД:**

- Делать предварительный отбор источников информации: **ориентироваться** в дополнительной литературе
- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя книгу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всей группы.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

### **3. Коммуникативные УУД:**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать** и **понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

### **Формы и методы работы.**

Формы и методы организации деятельности воспитанников ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

На занятиях предусматриваются следующие **формы организации учебной деятельности:**

- индивидуальная (учащемуся дается самостоятельное задание с учетом его возможностей);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или отработке определенного танцевального приема);
- групповая (разделение на мини-группы для выполнения определенной работы);
- коллективная (выполнение работы для подготовки к концертам и другим мероприятиям).

### **Формы занятий:**

- *типичное занятие* (вводная часть, основная и заключительная);
- *самостоятельное занятие*. Первым шагом к самостоятельным занятиям, практическим приучением к ним являются домашние задания. Посредством домашних заданий формируется привычка к систематическим занятиям, выполнение которых становится потребностью к совершенствованию. Большие возможности к интенсификации учебного процесса заложены в содержании и организации самостоятельных заданий на занятиях. Очень важно правильно подобрать задания для самостоятельной деятельности детей. Эти задания должны строго учи-

тивать степень подготовленности детей и изучаемый материал, его объем и место на занятии, способы проверки.

- *комбинированное занятие*. Без выдумки и творчества занятие безрадостное, а значит неэффективное. Занятие должно быть каждый раз иным, не должно быть повторений. Комбинированное занятие способствует этому. Такое занятие сочетает в себе различные виды и формы деятельности. Здесь большое значение имеет творчество педагога, его умение грамотно составить такое занятие.

- *соревновательное занятие*. Соревновательное занятие проводится тогда, когда дети хорошо освоили упражнения, элементы, фигуры и т.д. Соревнование повышает интерес к занятиям, содействует лучшему выполнению элементов, у детей развивается способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях. В начале соревнования организуется на правильность выполнения упражнений. В дальнейшем критериями оценки может стать, например, быстрота, ловкость и т.д., в зависимости от предложенных заданий.

- *игровое занятие*. Игровые занятия дают возможность в непринужденной обстановке выполнить какое-либо упражнение, закрепить пройденное на предыдущих занятиях или подвести к более прочному освоению программного материала. Игры оказывают благотворное влияние на эмоциональный настрой детей, способствуют воспитанию и проявлению таких качеств, как решительность, мужество, смелость, организованность, ответственность. В играх закрепляются навыки движений, которые становятся более точными, координированными. Педагог приучает детей играть дружно, не ссориться, подчинять свои желания общим для всех правилам игры, воспитывает навыки культурного поведения в коллективе. Выполнение правил требует от детей выдержки, сосредоточенности, внимания, наблюдательности, ловкости. После проведения игрового занятия подводятся итоги: отмечаются те, кто правильно выполнял движения, проявлял ловкость, быстроту, смекалку, соблюдал правила, выручал товарищей.

#### **Методы:**

- собеседование;
- тестирование;
- контрольное задание;
- опросники;
- зачет;
- наблюдение;
- участие в концертах и конкурсах различного уровня;
- творческие отчеты;
- проведение праздников,

- диагностирование;
- анализ и самоанализ, оценка и самооценка

### СТРУКТУРА КУРСА

Блок	Содержание курса	Тематическое планирование	Количество часов		УУД
			теория	практика	
1. Танец в жизни человека	Истоки возникновения танца. Рождение танца как естественное проявление человеческого состояния. Звучание окружающей жизни, природы, настроений, чувств и характера человека.	Вводное занятие. ИОТ. Истоки возникновения танца. Первый танец человека. Диагностика. Народный танец. Изучение элементов танца. Закрепление. Гимнастический этюд. Элементы «колесо», «шпагат», «мостик». Закрепление.	8	8	<p>- предметный компонент:</p> <p>диагностирование</p> <p>- метапредметный компонент:</p> <p>наблюдение, участие в концертах;</p> <p>- личностный компонент:</p> <p>проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p>



<b>2. Танцевальные жанры и стили.</b>	Обобщенное представление об основных образно-эмоциональных сферах танца и многообразии танцевальных жанров и стилей. Бальные танцы, латиноамериканские, спортивные, современные, эстрадные и др.	Общие представления о многообразии танцевальных жанров и стилей. Бальные танцы. Медленный вальс. Фигуры вальса. Поклон. Закрепление. Детские эстрадные танцы. Изучение элементов танца. Отработка упражнений, техники исполнения танца. Закрепление. Постановочно - репетиционная работа. Повторение. Итоговое занятие.	<b>8</b>	<b>10</b>	<p>- <i>предметный компонент</i>: диагностирование</p> <p>- <i>метапредметный компонент</i>:</p> <p>творческий отчет, участие в концертах;</p> <p>- <i>личный компонент</i>:</p> <p>опросник Стефансона (изучение представлений о себе).</p>
---------------------------------------	--	---	----------	-----------	--

## Содержание программы «Самоцветы».

### Раздел 1. Танец в жизни человека.

Вводное занятие. ИОТ. Истоки возникновения танца. Первый танец человека. Диагностика. Народный танец. Изучение элементов танца. Закрепление. Гимнастический этюд. Элементы «колесо», «шпагат», «мостик». Закрепление.

#### *Основное содержание:*

Познакомить детей с историей возникновения танца, с первым танцем человека. Возникновение танца как внутренняя потребность человека выразить свое отношение к миру, людям.

Основы музыкальной грамоты включают понятие о средствах музыкальной выразительности (темп, ритм, динамика и т.д.); знания необходимы для осознанного восприятия музыки, способствуют развитию художественного вкуса.

Упражнения на согласование движений с музыкой развивают:

способность выполнять упражнения в определенном темпе, ритме, в соответствии с содержанием музыкального произведения;

зрительную и двигательную память;

музыкальную восприимчивость.

## **Раздел 2.«Танцевальные жанры и стили».**

Общие представления о многообразии танцевальных жанров и стилей. Бальные танцы. Медленный вальс. Фигуры вальса. Поклон. Закрепление. Детские эстрадные танцы. Изучение элементов танца. Отработка упражнений, техники исполнения танца. Закрепление. Постановочно - репетиционная работа. Повторение. Итоговое занятие.

*Основное содержание:*

Дать общие представления о многообразии танцевальных жанров и стилей. Модификация жанров в современном танце. Разновидности танцев. Изучение некоторых танцев определенного стиля.

### **Календарно-тематическое планирование танцевального объединения**

#### **«Школа танцев»**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Описание примерного содержания занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Раздел 1. Танец в жизни человека.</b>			
1	Вводное занятие. ТБ. Истоки возникновения танца	Знакомство с детьми, ознакомление учащихся с ТБ и планом работы кружка на год	1
2	Первый танец человека. Диагностика	Возникновение первого танца. Поведение диагностики	1
3	Народный танец	Возникновение народного танца	1
4-6	Изучение элементов танца	Изучение упражнений, фигур танца	3
7	Закрепление	Закрепление приобретенных навыков, отработка элементов	1
8	Гимнастический этюд	Понятие «гимнастика», ознакомление с гимнастическим этюдом	1

9-11	Элементы «кольцо», «шпагат», «мостик», «колесо»	Изучение элементов «кольцо», «шпагат», «мостик», «колесо»	3
12	Закрепление	Закрепление навыков	1
<b>Раздел 2 . Танцевальные жанры и стили</b>			
13	Общие представления о многообразии танцевальных жанров и стилей	Знакомство с различными танцевальными направлениями	1
14	Бальные танцы.	Понятие «бальные танцы», ознакомление с танцем	1
15	Медленный вальс.	Изучение шага вальса	1
16-18	Фигуры вальса. Поклон	Изучение фигур вальса, реверанс, выход и уход со сцены	3
19-20	Закрепление.	Закрепление танца	2
21	Детские эстрадные танцы	Понятие «детские эстрадные танцы», ознакомление с танцем	1
22-24	Изучение элементов танца	Изучение танцевальных движений, связок	3
25-26	Отработка упражнений, техники исполнения танца	Отработка синхронности, мимики	2
27-28	Закрепление	Закрепление ЗУН	2
29-30	Постановочно – репетиционная работа	Знакомство со сценическим искусством и актерским мастерством, постановка танца на сцене	2
31-32	Повторение. Диагностика	Повторение изученного материала за год, диагностирование	2
33-34	Итоговое занятие	Подведение итогов, награждение	2
	<b>ИТОГО:</b>		<b>34 ч.</b>

#### **4. ИНФОРМАЦИОННО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Результат реализации программы «Самоцветы» во многом зависит от подготовки помещения, материально-технического оснащения и учебного оборудования.

Помещение для занятий должно быть светлым, сухим, теплым и по объему и размерам полезной площади соответствовать числу занимающихся воспитанников. Танцевальный зал должен быть с зеркалами и станками. Помещение должно соответствовать требованиям и нормам СаПиН и правилам техники безопасности.

*Печатные пособия:*

1. Справочно-информационная литература
2. Комплекты журналов.
3. Картотека с образцами выполнения упражнений
4. Техника изучения танцев.
5. Программа «Самоцветы
6. Календарно – тематическое планирование

*Видео-, аудиоматериалы:*

1. Инструментальная музыка
2. Классическая музыка
3. Музыка для разминки
4. Музыка для эстрадных танцев
5. Народная музыка
6. Современная музыка
7. Современные эстрадные танцы для детей до 9 лет. mp4. - YouTube
8. Ансамбль «Березка» - танец «Сударушка» (29.05.2012) - YouTube
9. Этюды. Экзамен по сцен. пластике. Курс Д. Богомазова - YouTube
10. Зачет по сценическому движению - YouTube
11. Итоговый экзамен по предмету Ритмика и танец 1 - YouTube
12. Хореографический этюд - YouTube
13. Гимнастический этюд - YouTube
14. Акробатический номер – YouTube
15. «Мы маленькие звезды» - YouTube
16. Ай, будет круто! - YouTube
17. Детский балетный класс/Children ballet class - YouTube

*Оборудование:*

1. Музыкальный центр
2. Коврики
3. Маты

## **6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **6.1. Литература, используемая для разработки программы.**

1. Белкин А.С. Ситуация успеха и как ее создать: Кн. для учителя. М., 2002г.
2. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте: Психологический очерк: Кн. для учителя. 3-е изд. – М.,2003г.
4. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
5. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. М. :Просвещение, 2010.
6. Григорьев Д.В., Куприянов Б.В. Программы внеурочной деятельности. Художественное творчество. М., Просвещение, 2011
7. Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры./Методическое пособие. М., 2004г.
8. Теория и методика физического воспитания./ Под ред. Б.М. Шияна. М., 2004г.
9. Т.А. Затямина, Л.В. Стрепетова. Музыкальная ритмика./Учебно-методическое пособие. М.,2009г.
10. Шевченко Ю.С. Музыкотерапия детей и подростков./Психокоррекция: теория и практика. М.,2005г.

### ***Интернет – ресурсы:***

1. Современные эстрадные танцы для детей до 9 лет. mp4. - YouTube
2. Ансамбль «Березка» - танец «Сударушка» (29.05.2012) - YouTube
3. Этюды. Экзамен по сцен. пластике. Курс Д. Богомазова - YouTube
4. Зачет по сценическому движению - YouTube
5. Итоговый экзамен по предмету Ритмика и танец 1 - YouTube

### **6.1. Литература, рекомендуемая для детей и родителей.**

1. Х.Идом, Н.Кэтрэк. Хочу танцевать. М.,2008г.

2. А.И.Буренина. Ритмическая мозайка. Программа по ритмической пластике для детей. С-Птб., 2001г.

***Интернет – ресурсы:***

1. Хореографический этюд - YouTube
2. Гимнастический этюд - YouTube
3. Акробатический номер – YouTube
4. «Мы маленькие звезды» - YouTube
5. Ай, будет круто! - YouTube
6. Детский балетный класс/Children ballet class - YouTube