

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение Александро-Ершинская средняя
школа

«СОГЛАСОВАНО»

«_15_» _____ 08 _____ 2023
_____/Л. Е. Янцевич/

«УТВЕРЖДАЮ» _____

Приказ №_061_ от «_15_» _____ 08 _____ 2023
Директор школы Т.Д.Шевченко

Рабочая программа по дополнительному
образованию
Танцевальный кружок
«Ритмы современности»
Срок реализации 1 год

Составитель рабочей программы:
Зозуленко Анастасия Викторовна
учитель высшей квалификационной категории

Пояснительная записка

Рабочая программа «Ритмы современности» разработана на основании:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» п.3.6 ст.28, -требования федерального Государственного образовательного стандарта (ФГОС);
- учебного плана школы;
- «О содержании и структуре рабочей программы по учебному предмету» ООПНОО МБОУ А-Е СШ.

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

- учить учащихся красиво и органично выражать себя в танце, вырабатывать технику исполнения танцевальных движений;
- развивать внимание, воображение, координацию, пластику движений.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

В программу включены следующие разделы: ритмика, , элементы русского народного танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

Программа разработана для учащихся 2-5 классов и рассчитана на 68 часов в год, 2 часа в неделю.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Занятия проходят в спортивном зале. Для занятий используются: музыкальный центр, аудиокассеты, диски, также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты. В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития детей.

Описание ценностных ориентиров содержания программы

Ценность патриотизма - любовь к Родине, своему краю, своему народу;

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность социальной солидарности - свобода личная и национальная; уважение и доверие к людям; справедливость, равноправие, милосердие, честь, достоинство;

Ценность гражданственности - долг перед Отечеством, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок, забота о благосостоянии общества;

Ценность семьи - любовь и верность, забота, помощь и поддержка, равноправие, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода;

Ценность личности - саморазвитие и совершенствование, смысл жизни, внутренняя гармония, самопринятие и самоуважение, достоинство, любовь к жизни и человечеству, мудрость, способность к личностному и нравственному выбору;

Ценность труда и творчества - уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие;

Ценность науки - ценность знания, стремление к познанию и истине, научная картина мира;

Ценность искусства и литературы - красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие;

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Учебно-тематический план

№	Название раздела	Количество часов
1	Ритмика	15
2	Элементы русского народного танца	16
3	Элементы национального танца	14
4	Постановочно – репетиционная работа	23
	Итого	68

Содержание тем программы

Раздел	Содержание тем программы
1. Ритмика	<p>1. <u>Ритмические упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. <p>2. <u>Упражнения на ковриках:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднимание ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p>3. <u>Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - движения в образах; - пантомима. <p>4. <u>Упражнения на пластику и расслабление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. <p>5. <u>Пространственные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. <p>6. <u>Ритмические комбинации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
2. Элементы русского народного танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. <p>3. <u>Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u></p>
3. Элементы национального танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения.</u></p> <p>3. <u>Композиции национального танца (ирландский танец)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связка отдельных элементов в свободные композиции.
4. Постановочно-репетиционная работа	<p>1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u></p> <p>2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u></p>

Соединение движений в комбинации;
Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;
Репетиционная работа.

Список литературы

- 1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы.– Москва «ВАКО», 2005
4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru>
5. Зими́на, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зими́на. М.: Владос, 2000.
6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.
7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.
8. Кошмина И.В. Музыкальный букварь.– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.
9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.

Календарно-тематический план

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов
1	<u>Ритмика</u> Упражнения на дыхание	15 1
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1
4	Поднимание ног, махи ногами	1
5	Движения в образах	1
6	Пантомима	1
7	Пластичные упражнения	1
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1
10	Перестроение из одной фигуры в другую	1
11	Ритмические движения	1
12	Импровизация	1
13	Ритмические комбинации: этюды	1
14-15	Связка танцевальных движений	2
16	<u>Элементы русского народного танца</u> Постановка корпуса, поклон	16 1
17	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	1
18	Шаг с притопом, бег	1

19	Притопы- одинарный, двойной, тройной	1
20	Построение в круг.	1
21	Движения по кругу	1
22	«Ковырялочка»	1
23	«Моталочка»	1
24	«Гармошка»	1
25	Повороты	1
26	Прыжки	1
27	Комбинации	1
28	Построение в фигуры (рисунок)	1
29	Отработка движений танца «Плясовая»	1
30	Соединение движений танца в комбинации	1
31	Постановка танца «Плясовая»	1
32	Элементы национального танца	14
	Основные положения ног в ирландском танце	1
33	Постановка корпуса	1
34	Движения ногами	1
35	Шаг	1
36	Шаг с выносом ноги на каблук	1
37	Повороты	1
38	Движения ногами в такт музыки	1
39	Движения по рисунку танца	1
40	Отработка простых элементов танца	1
41	Отработка сложных элементов танца	1
42	Соединение простых движений в сценический рисунок	1
43	Соединение сложных движений в сценический рисунок	1
44	Разводка комбинаций	1
45	Постановка танца «Ирландский танец»	1
46	Постановочно-репитиционная работа	23
	Танцевальный номер «Вальс»	1
47	Танцевальный номер «Плясовая»	1
48	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	1
49	Танцевальный номер «Ирландский танец»	1
50	Простые движения танцевального номера	1
51	Отработка простых движений	1
52	Сложные движения танцевального номера	1
53	Отработка сложных движений	1
54	Соединение простых движений в комбинации	1
55	Соединений сложных движений в комбинации	1
56	Соединение движений в комбинации	1
57	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	1
58	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	1
49	Повторение элементов изученных танцев	1
60	Работа над простыми элементами танцев	1
61	Работа над сложными элементами танцев	1

62	Работа под счет	1
63	Работа с музыкальным сопровождением	1
64	Рисунок танцев	1
65	Движения по рисунку танцев	1
66	Отработка движений	1
67-68	Постановка танцев	2