

РАССМОТРЕНО

на МО учителей
естественно-научного цикла
«30» августа 2023 г.

Протокол № 1
Руководитель МО

Олейник О.В.

СОГЛАСОВАНО

на методическом совете школы

«30» августа 2023 г.

Протокол № 1
зам. директора по УВР:

Кирш Н.Г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ООШ № 8 г.
Кировска»

Т.В. Тафасова
Приказ от 01.09.2023 № 94



Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

«Танцевальная студия «PRO-движение»

Автор: Никитенко Ю.И.

2023 г

Программа курса внеурочной деятельности «Танцевальная студия «PRO-движение»» имеет (в соответствии с требованиями стандарта) спортивно-оздоровительную направленность.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности:

1. Личностные:

- потребности сотрудничества со сверстниками, доброжелательного отношения к сверстникам, бесконфликтного поведения, стремления прислушиваться к мнению одноклассников;
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни
- Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.
- целостности взгляда на мир средствами литературных произведений;
- эстетического чувства, эстетических потребностей, ценностей и чувств на основе опыта слушания и заучивания произведений художественной литературы;
- осознания значимости занятий танцевальным искусством для личного развития.

2. Метапредметные:

2.1. Регулятивные универсальные учебные действия (далее – УУД):

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцевальной постановкой;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2.2. Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя
- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность;
- работать в группе, учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

2.3. Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;

-

3. Предметные:

В ходе занятий обучающийся научится основным танцевальным элементам, импровизировать, работать в группе, в коллективе, выступать перед публикой, зрителями.

Целевая группа реализации программы – обучающиеся в возрасте от 12 до 16 лет.

Формы и методы обучения: рассказы, беседы, объяснение, показ видеоматериалов, показ педагогом приемов исполнения, тренировочные упражнения, групповые и индивидуальные занятия, игры (имитации, музыкально-двигательные, ролевые), художественная импровизация.

Срок реализации программы: 1 год, (34 занятия по 1 часу каждое).

Содержание программы

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Ритмика	4	1	3	Беседа-диалог, рассказ, просмотр, показ, игра-импровизация, тренировочные упражнения.
2	Партерная гимнастика	7	1	7	Педагогическое наблюдение, показ, индивидуальные задания, объяснение.
3	Классический танец	7	1	6	Беседа-диалог, педагогическое наблюдение, показ, объяснение, тренировочные упражнения.
4	Народно-сценический танец	7	0	7	Педагогическое наблюдение, показ, индивидуальные задания, объяснение, индивидуальные задания.
5	Эстрадный танец	8	1	7	Беседа-диалог, педагогическое наблюдение, показ, объяснение, тренировочные упражнения.
	Итого	34	4	30	

Программа включает в себя **5 основных разделов:**

1. «Ритмика» включает занятия по музыкально-ритмическому воспитанию, целью которых являются развитие музыкального слуха и памяти, пластической выразительности посредством упражнений, построенных на связи музыки и движений.
2. «Партерная гимнастика» включает упражнения на развитие физических данных ребенка, укрепление мышечного аппарата, силы, выносливости. Дети усваивают понятия: «прямая спина», «вытянутый носок», «выворотная позиция».
3. «Классический танец». Привычка держать корпус подтянутым должна стать в дальнейшем исполнительским навыком, определяющим творческую дисциплину в танце. Поэтому основное внимание необходимо уделить постановке корпуса, рук, ног и головы, освоению элементарных форм пор-де-бра, развитию выворотности и координации движений.
4. «Народно-сценический танец» включает упражнения народно-сценического танца, которые позволяют развить подвижность суставов, укрепление и эластичность связок, развивают определенную группу мышц, недостаточно занятых в упражнениях классического танца, тренируется нервная система.
5. «Эстрадный танец» включает обучение, основанное на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняемых под джазовую и современную музыку.

На занятиях логически сочетаются все виды деятельности: ритмика, прослушивание музыки, упражнения на ориентацию в пространстве, развитие танцевальных и физических данных.

На одном занятии могут изучаться темы из разных разделов, и руководитель танцевального кружка строит свою работу таким образом, чтобы не нарушать целостность педагогического и творческого процесса, учитывая поставленные цели и задачи эстетического воспитания.

Учебно-тематическое планирование 34ч

№ занятия в году	№ занятия по теме	Темы занятий
Ритмика - 4 ч		
1	1	Ритмические упражнения и музыкальные игры.
2	2	Упражнения на развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой.
3	3	Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей.
4	4	Движение в различных темпах, со сменой движений.
Партерная гимнастика - 8 ч		
5	1	Усвоение основных понятий позиции ног.
6	2	Работа над направлением рук – вперед, в сторону на уровне плеч, вверх, вдоль тела, вниз, на поясе.
7	3	Постановка корпуса, головы.
8	4	Упражнения для спины «выворотных» и «невыворотных» ног.
9	5	Приседания.
10	6	Растяжка на полу (шпагаты)
11	7	Прыжки.
12	8	Приставные шаги на полупальцах.
Классический танец – 7 ч		
13	1	Освоение основных танцевальных понятий.
14	2	Экзерсис у станка.
15	3	Экзерсис на середине зала.
16	4	Верчения на середине зала, в диагонали.
17	5	Изучение элементов классического танца с постановки корпуса у станка, с изучением позиции ног(1,2,3,5).
18	6	Усвоение упражнений без станка (прыжки, туры).
19	7	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног.
Народно-сценический танец – 7 ч		
20	1	Упражнения народно-характерного танца, перевод стопы с носка на пятку и с пятки на носок (увеличение количества переводов).
21	2	Дробные выстукивания, большие броски.
22	3	Упражнения с ненапряженной стопой в сочетании с ударом, низкие развороты, пляски: дробь, «ключ».
23	4	Разучивание и отработка отдельных элементов, комбинаций, трюков, соединение их с музыкой.
24	5	Упражнения народного тренажа лицом к станку в чистом виде.
25	6	Упражнения народного тренажа у станка, держась одной рукой за палку.
26	7	Русские танцы: хоровод, кадрили, переплясы.

Эстрадный танец -8 ч		
27	1	Соединение простых движений в комбинации.
28	2	Соединений сложных движений в комбинации.
29	3	Рисунок танцев.
30	4	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок.
31	5	Работа над простыми элементами танцев.
32	6	Работа над сложными элементами танцев.
33	7	Танцевальный номер «Нежность».
34	8	Танцевальный номер «Хэллоуин» .