

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИВАНОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Утверждаю:
Директор МКОУ «Ивановская ООШ»
О.Н.Беляева
от 31.08.2018г. Приказ № 71



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Ритмика и танец»
в 8 классе (68 часов)**

учителя истории
Святуновой Лидии Анатольевны
МКОУ «Ивановская ООШ»
Партизанского района
Красноярского края

Рассмотрено на заседании педагогического
совета МКОУ «Ивановская ООШ»
протокол № 1 от « 30 » августа 2018г.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Ритмика и танец» в 8 классе разработаны на основе федеральных и региональных нормативных правовых документов:

- Федерального Закона от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- приказа Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- приказа Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- приказа от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897»;
- письма Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Устава общеобразовательного учреждения.
- Индивидуального учебного плана образовательного учреждения

Данная программа составлена на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.;

Целью программы является воспитание разносторонне развитой личности на основе интеграции различных видов хореографического искусства; поддержка, развитие и оказание помощи в творческом и профессиональном росте наиболее одаренным детям.

Основные задачи:

обучающие задачи

- ознакомление с основами хореографии: позициями руки ног, правилами постановки корпуса, правилами исполнения элементов, движений танца
- ознакомление с историей развития хореографии, ее основными направлениями, ведущими коллективами, хореографами

развивающие задачи

- развитие основных исполнительских навыков, природных данных ребенка
- развитие мышечного чувства, умения управлять своим телом, развитие мышечного корсета, правильной осанки
- развитие гибкости, пластичности
- развитие ритмического слуха
- развитие и активизация творческого восприятия и мышления
- развитие самостоятельности и самодеятельности, самоконтроля
- развитие чувства коллективизма

воспитательные задачи

- воспитание гармонично развитой личности
- формирование способностей художественного и эстетического восприятия, таких социально-психологических качеств человека, которые обеспечивают возможность эмоционально переживать и оценивать эстетически значимые предметы и явления
- воспитание толерантного отношения к многообразию различных течений и стилей хореографического искусства

- воспитание этнической компетентности, доброжелательного отношения к людям других национальностей

Общая характеристика учебного предмета

В программу ритмики включены упражнения и движения классического, народного и парного танцев обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: муз. грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Программа по «Ритмике» ведется в рамках школьного компонента и не предусматривает оценивание учащихся.

Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализации дидактических принципов.

Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:

безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;

глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;

создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Место учебного предмета, курса в учебном плане

Согласно действующему в школе учебному плану, на изучение «Ритмики и танца» в 8 классе выделяется 68 часов (2 ч в неделю).

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса «Ритмика и танец»

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах толерантности, уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- устанавливать значение ритмических упражнений для удовлетворения потребности в движении, в общении со сверстниками, в повышении уровня физической подготовленности, эстетического развития, в формировании устойчивых мотивов самосовершенствования.

Метапредметные:

Познавательные УУД

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.
- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы;

Регулятивные УУД

- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действий заданным эталоном;
- проговаривать последовательность действий на занятии;

Коммуникативные УУД

- потребность в общении с учителем;
- умение слушать и вступать в диалог;

Предметные результаты:

- Получить необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев; танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты;
- работать с танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, гармошечка, ёлочка;
- импровизировать;
- работать в группе, в коллективе. выступать перед публикой, зрителями;
- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект;
- иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания;
- при работе в группе находить общий язык со всеми для выполнения творческих заданий, а так же уметь мобилизоваться для выполнения задания в определенном режиме, стиле;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;

- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимоподдержку.

Содержание учебного курса

1.Введение. Азбука танцевального движения(2ч)

Понятие о выразительных средствах эстрадного бального и народных танцев. Азбука природы танцевального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы, корпуса. Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций для головы, туловища, рук, ног

2.Понятие о координации движений, о позиции рук и ног(5ч)

Бальный танец. Элементы бального танца. Основные шаги танца. Понятие об особенностях бального танца, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

Практическая работа: освоение основных движений танго

3. Основы народного танца(13ч)

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: « веревочка », «молоточки»,« топор », вынос ноги на каблук, вперёд, в сторону и т.д.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев

4.Эстрадный танец(4ч).

Танцевальная разминка. Разучивание сюжетного эстрадного танца .

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца

5. Постановка танцев. Отработка номеров(10ч)

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танцах разных видов. Тренинг танцевальной пластики. Отработка исполнительского мастерства.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора

Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса.

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	<ul style="list-style-type: none"> – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе. - правила игрового 	<ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа. - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, 	<ul style="list-style-type: none"> - необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев; танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты

	общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.	взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.	
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели. -соблюдать правила поведения в танц. Класе и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - работать с танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; - импровизировать; - работать в группе, в коллективе. - выступать перед публикой, зрителями.
Применять	<ul style="list-style-type: none"> - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия ; -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные сведения о многообразии танцевального искусства красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения. Способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для 	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект -иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения

		получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья	выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.
--	--	--	---

МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Список литературы.

- Барышникова Т. «Азбука хореографии» (М.: Айрис Пресс, 1999)
- Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» (М.: ТЦ Сфера, 2009)
- Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (С.П., 2000)
- Васильева Т. К. «Секрет танца» (С.П.: Диамант, 1997)
- Воронина И. «Историко-бытовой танец» (М.: Искусство, 1980)
- Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» (М.: ВАКО, 2007)
- «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (Волгоград: Учитель, 2008)
- Климов А. «Основы русского народного танца» (М.: Искусство, 1981)
- Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
- Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (М.: Просвещение, 1989)
- Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу» (М., 2008)
- Учебно-методический комплекс.
- Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие» (М.: МГИУ, 2008)
- Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие» (М.: Издательство «Глобус», 2009)
- Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие» (М.: ВЛАДОС, 2008)
- Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие» (СПб.: Детство-пресс, 2001)
2. Технические средства обучения - ноутбук, музыкальный центр, телевизор.
3. Экранно – звуковые средства: USB носитель, музыкальный сборник: «Детские песни», «Барбарики», «Непоседы», «Семицветики», «Волшебники двора».

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	К-во часов
1	04.09	Инструктаж по технике безопасности и правилах поведения в танцевальном классе	1
2-3	06.09 11.09	Темп. Ритм. Прохлопывание ритмического рисунка	2
4-5	13.09 18.09	Простые элементы танца	2
6-8	20.09 25.09 27.09	Элементы русского танца. Основные движения, ходы	3
9-10	02.10 04.10	Разучивание приседаний и полуприседаний в танце	2
11-12	09.10 11.10	Позиции и положения рук в русском народном танце	2
13-16	16.10 18.10 23.10 25.10	Дроби	4
17-18	30.10 01.11	Танцевальные движения: подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца	2
19-20	13.11 15.11	Разучивание шагов вправо, влево вперед	2
21-22	20.11 22.11	Разучивание элементов в паре	2
23-24	27.11 29.11	Ритмический тренаж	2
25-26	04.12 06.12	Исполнение движений в различных темпах	2
27-28	11.12 13.12	Движения на координацию	2
29-30	18.12 20.12	Перестроение из одного рисунка в другой	2
31-32	25.12 27.12	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина	2
33-34	10.01 15.01	Понятие о рабочей и опорной ноге	2
35-36	17.01 22.01	Упражнения для укрепления спины, коррекция осанки	2
37-38	24.01 29.01	Упражнения на укрепление мышц пресса	2
39-40	31.01 05.02	Элементы в стиле «Диско»	2
41-44	07.02 12.02 14.02 19.02	Танцевальные комбинации для развития пластичности, гибкости, построенные на движениях эстрадного танца	4
45-48	21.02 26.02	Разучивание движений в паре	4

	28.02 05.03		
49-50	07.03 12.03	«Танец с венками». Положение рук в танце	2
51-54	14.03 19.03 21.03 02.04	Разучивание движений к танцу	4
55-58	04.04 09.04 11.04 16.04	Разучивание движений к танцу	4
59-61	18.04 23.04 25.04	Построения и перестроения в танце	3
62-63	30.04 07.05	Упражнения на расслабление мышц	2
64-65	14.05 16.05	Игровые двигательные упражнения с предметами	2
66	21.05	Игровые двигательные упражнения с предметами	1
67	23.05	Повторение изученного материала. Подготовка к показу.	1
68	28.05	Промежуточная аттестация в форме танцевального выступления.	1