РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Мир танца»

5 класс

направление: художественно-эстетическая творческая деятельность

2024-2025 уч. г.

Разработана

учителем математики

Гилёвой Ю. Ю.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мир танца» для 5 класса составлена на основе нормативно-правовых документов:

* Положение о рабочих программах учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности), учебных модулей в соответствии с требованиями ФОП и ФГОС начального общего, основного общего и среднего общего образования МОАУ СОШ № 1 с. Возжаевки (протокол № 12 педагогического совета от 29.05.2023 г., приказ № 110-од от 30.05.2023г.);
* Учебного плана Паршаковской СОШ – филиала МБОУ «Верх-Язьвинская СОШ» на 2024-2025 учебный год.

Рабочая программа согласно учебному плану, рассчитана на 5 класс, 35 часов в год (1 час в неделю).

Текущий контроль успеваемости обучающихся по курсу внеурочной деятельности «Мир танца» в 5 классе осуществляется в течение учебного года на текущих занятиях и после изучения логически завершенных частей учебного материала в соответствии с программой.

В ходе промежуточной аттестации фиксируется результат освоения обучающимися программы по внеурочной деятельности «Мир танца» за курс 5 класса.

Целью программы является способствование формированию танцевально- ритмических умений и навыков, художественно – эстетических способностей обучающихся; воспитание интереса к искусству танца; формирование представления о понятиях общих и специальных в области хореографии.

Задачи, решаемые в рамках данной программы: - научить выполнять упражнения для развития тела; - обучить музыкальной грамотности средствами хореографии; - разучить отдельные элементы танца; - учить логичности и грамотности построения танцевальных движений; - формировать специальные знания, умения и навыки, необходимые для успешной танцевальной деятельности; - приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знание детей о танце, его истории; - познакомить детей с различными видами танцев; - создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности, а также поэтапного освоения детьми различных видов творчества; - развивать у учеников художественный вкус, музыкальность; - развивать чувство такта, темпа;

* развивать координацию движений, тренировать суставно - мышечный аппарат;
* развивать силу ног, пластичность рук, гибкость тела, эластичность мышц и подвижность суставов; - развивать лёгкость в выполнении упражнений; - развивать технику исполнения движений, актёрскую исполнительность; - развивать индивидуальные творческие способности учащихся; - развивать творческое воображение; - развивать коммуникативные качества личности; - развивать у детей интерес к танцевально - игровой деятельности. - воспитывать чувство уверенности, чувство ответственности; - воспитывать сосредоточенность на занятиях; - формировать у воспитанников навыки индивидуальной и коллективной деятельности; - воспитывать чувство ответственности за дело, волю, аккуратность, дисциплинированность, инициативность, эмоциональную открытость и отзывчивость; - воспитывать настойчивость в преодолении трудностей, достижении поставленных задач;
* способствовать социокультурному развитию личности воспитанника в процессе учебных занятий, концертных выступлений, музыкально – театральной и досуговой деятельности; - формировать культуру общения со сверстниками и взрослыми;
* воспитывать нравственные и духовные качества через соответствующий подбор репертуарных произведений.

Программа рассчитана для обучающихся 5 классов, на 1 год обучения. 70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность обучающихся. Это: репетиции, концерты, конкурсы, праздники, подготовка костюмов. Остальное время распределено на проведение тематических бесед, просмотр электронных презентаций, видеофильмов. Для успешной реализации программы будут использованы Интерет-ресурсы.

Для реализации данной программы используются вариативные модули рабочей программы воспитания: ключевые общешкольные дела. Воспитательная роль любого мероприятия состоит в его "мудрости", "чтобы развлекая, поучать". Это своеобразная форма духовного самовыражения и духовного обогащения ребенка. Он призван служить познанию юными гражданами мира и развивать их мировоззрение, укреплять в них высокие нравственные принципы и прививать эстетические вкусы.

# СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Раздел 1. Введение (1 час)**

Правила поведения на уроке. Изучение строения человеческого тела. Оказание первой медицинской помощи.

Формы организации и виды деятельности: практическое занятие.

# Раздел 2. Ритм – класс (5 часов)

* 1. **Подготовка к занятиям (1 час)**

Беседа «Танец в нашей жизни». Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.

Дыхание. Как проверить пульс. Что такое разминка. Зачем она нужна. Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения.

Формы организации и виды деятельности: беседа, практическое занятие, игра.

# Основа танца - залог успеха (1 час)

Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки».

Положение рук в народных танцах: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», …

Положение рук во время движения. «Парный танец» - музыка народная. Позиции рук. Позиции ног.

# Ходьба разного характера (1 час)

Марш. Марш со сменой ведущих.

Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях.

# Движения в соответствии с характером музыки (1 час)

Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.

Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. «Мячики» -этюд муз. Шитте.

# Упражнения для рук (1 час)

Ветерок и ветер. Мельница. Импровизации. «Колокола», « Колокольчики», «Тарелки»,

«Вертушки».

# Раздел 3. Постановочная работа (14 часов)

* 1. **Народные танцы (5 часов)**

Изучение основных построений и рисунков народных танцев с их отличительными элементами.

Русский танец.

Танцы других народов.

Формы организации и виды деятельности: практическое занятие.

* 1. **Виды танца ( 5 часов)** Танец стиля модерн. Техника современного танца.

# Бальные танцы (4 часа)

Вальс. Ча-ча-ча.

# Раздел 4. Репетиционная работа (14 часов)

Отработка и детальный разбор номера. Отработка всего номера.

# Раздел 5. Итоговое занятие (1 час)

# Концерт.

# Формы организации и виды деятельности: концерт.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

***Личностными результатами*** *изучения курса является:*

* формирование представлений о хореографическом искусстве как части общечеловеческой культуры;
* формирование представлений о значимости общекультурных компетенций в развитии современного общества;
* формирование и развитие универсальных учебных умений самостоятельно определять, высказывать, исследовать и анализировать, соблюдая самые простые общие для всех людей правила поведения при общении и сотрудничестве.

***Метапредметными результатами*** *изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).*

*Регулятивные УУД*:

* способность обучающего понимать и принимать учебную цель и задачи;
* в сотрудничестве с педагогом ставить новые учебные задачи;
* накопление представлений о танцах, синхронном движении. Наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства во внеурочной деятельности. *Познавательные УУД:*
* приобретать знания об основах рационального питания;
* навык умение учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью тренера.

*Обучающиеся научаться:*

* готовиться к занятиям, вставать в пары, находить своё место в строю и входить в зал организованно;
* под музыку приветствовать педагога, занимать правильное исходное положение ( стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться по шеренге в колоне;
* ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
* ходить и двигаться по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
* ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
* соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
* выполнять игровые плясовые движения;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции педагога;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

*Коммуникативные УУД:*

* умение координировать свои усилия с усилиями других;
* задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

***Предметные результаты***

*Обучающийся будет знать*:

* что такое музыка, ритм, музыкальный такт, музыкальная фраза, уметь различать сильные и слабые доли такта;
* основные позиции ног и рук, знать - как правильно держать спину, руки, голову во время исполнения танцев и движений;
* принципы и различие положения корпуса, работы стопы, ног при исполнении танцев европейской и латиноамериканской программы;
* различать характер различной музыки, музыкальный размер и ритмические особенности танца;
* правила поведения на занятиях, технику безопасности во время занятий и на пути следования домой.

*Обучающийся будет уметь:*

* выполнять различные упражнения для укрепления мышц, правильно ставить вес на ногу, правильно исполнять шаги вперёд, назад и в сторону в зависимости от характера танца, ровно держать спину не втягивая голову в плечи;
* под музыкальное сопровождение исполнять сольно и в паре танцы: Полька, Вару-вару, Рилио, Диско, а также основные движения и фигуры танцев европейской программы: Медленный вальс основные движения и фигуры танцев латиноамериканской программы: Самба, Ча-ча-ча, в запланированном объёме;
* выступать в танце на сильную долю такта;
* вступать и исполнять различные виды шагов (с носка; марш; с каблука; на п/пальцах), и движений (прыжки; подскоки; хлопки; галоп) музыкально грамотно;
* перемещаться по рисунку в классе чередуя различные танцевальные шаги;
* исполнять движения, сохраняя правильную постановку корпуса;
* напрягать и расслаблять свой мышечный аппарат.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

**С УЧЁТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Количество часов** | **Электронные образова- тельные ресурсы** |
| **I.** | **Введение** | **2** |  |
| 1. | Правила поведения на уроке. Изучение строения человеческого  тела. *Международный день мира.* | 1 | https://www.youtube. com/watch?v=  a6JWsMKv 20o&t=26s |
| 2. | Оказание первой медицинской помощи. | 1 |  |
| **II.** | **Ритм – класс** | **14** |  |
| **2.1.** | **Подготовка к занятиям** | **2** |  |
| 2.1.1. | Беседа «Танец в нашей жизни». Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг. Выполнение задания по  формированию функциональной грамотности. | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= 78XJZ6whRc4 |
| 2.1.2. | Дыхание. Как проверить пульс. Что такое разминка. Зачем она нужна. Осанка. Упражнения на осанку.  Центр движения. | 1 | [https://zen.yandex.ru/](https://zen.yandex.ru/%20video/watch/62540%20ba17728382c%2071941136) [video/watch/62540](https://zen.yandex.ru/%20video/watch/62540%20ba17728382c%2071941136) [ba17728382c](https://zen.yandex.ru/%20video/watch/62540%20ba17728382c%2071941136)  [71941136](https://zen.yandex.ru/%20video/watch/62540%20ba17728382c%2071941136) |
| **2.2** | **Основа танца - залог успеха** | **3** |  |
| 2.2.1. | Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки  вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». | 2 | https://www.youtube.  Com/watch?v= I2flhYGYb1w&t =200s |
| 2.2.2. | Положение рук во время движения.  «Парный танец» - музыка народная. Позиции рук. Позиции ног. | 1 | https://www.youtube.  com/watch?v= a5b2sCkaN9Q |
| **2.3.** | **Ходьба разного характера** | **2** |  |
| 2.3.1. | Марш. Марш со сменой ведущих. Выполнение задания по  формированию функциональной грамотности. | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= 3sXXrEcV\_4w |
| 2.3.2. | Шаг энергичный, спокойный,  осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях. | 1 | https://www.youtube.  com/watch?v= DdjUqibjsM0 |
| **2.4.** | **Движения в соответствии с характером музыки** | **4** |  |
| 2.4.1. | Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой  положения рук, не останавливая движений. | 2 | https://www.youtube. com/watch?v= odVybmSKha0 |
| 2.4.2. | Пружинящий шаг. Бег, галоп,  поскоки. «Мячики» -этюд муз. | 1 | https://www.youtube.  com/watch?v= |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Шитте.  Выполнение задания по  формированию функциональной грамотности. |  | YQ4MnBXvYY  s&t=11s |
| 2.4.3. | Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. «Мячики» -этюд муз. Шитте | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= YQ4MnBXvYY  s&t=11s |
| **2.5.** | **Упражнения для рук** | **3** |  |
| 2.5.1. | Ветерок и ветер. Мельница | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= mxJKoAxfEBM&  t=157s |
| 2.5.2. | Импровизации. «Колокола» | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= mxJKoAxfEBM&  t=157s |
| 2.5.3. | «Колокольчики», «Тарелки»,  «Вертушки» | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= mxJKoAxfEBM&  t=157s |
| **III.** | **Постановочная работа** | **22** |  |
| **3.1.** | **Народные танцы** | **8** |  |
| 3.1.1. | Изучение основных построений и рисунков народных танцев с их отличительными элементами.  *Всемирный день здоровья.* | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= 33H8XQEvmI8&t=  2335s |
| 3.1.2. | Русский танец.  Выполнение задания по формированию функциональной грамотности. | 1 | https://www.youtube  .com/watch?v= wPmQszohT18&list=  PLtjIiLLjLijEo6dIfSW- mcJH-jDdiIYqv |
| 3.1.3. | Русский танец. | 2 |  |
| 3.1.4. | Танцы других народов | 4 |  |
| **3.2.** | **Виды танца** | **6** |  |
| 3.2.1 | Танец стиля модерн. Выполнение задания по  формированию функциональной грамотности. | 3 | https://www.youtube. com/watch?v= m5zI7URpiyo |
| 3.2.2. | Техника современного танца. | 3 | https://www.youtube. com/watch?v=  VId\_8xx10ZY |
| **3.3.** | **Бальные танцы** | **8** |  |
| 3.3.1. | Вальс. | 4 | https://www.youtube. Com/watch?time\_ continue=41&v=Sk52  qfnrPjc&feature=emb\_ logo |
| 3.3.2. | Ча-ча-ча.  Выполнение задания по формированию функциональной грамотности. | 1 | https://www.youtube. com/watch?v= VuA3UyHLwvU |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 3.3.3. | Ча-ча-ча. | 3 | https://www.youtube. com/watch?v=  VuA3UyHLwvU |
| **IV.** | **Репетиционная работа** | **29** |  |
| 1. | Отработка и детальный разбор  номера. | 10 |  |
| 2. | Отработка всего номера. | 19 |  |
| **V.** | **Итоговое занятие** | **1** |  |
| 1. | Концерт | 1 |  |
| **ИТОГО** | | **68 часов** |  |