

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 36 имени Гавриила Романовича Державина»**

РАССМОТРЕНО

На педагогическом совете

МАОУ «Школа №36»

Протокол № 1

от 28.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора

МАОУ «Школа №36»

Приказ № 07-28-08/24-ОД

от 29.08.2024

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Большая перемена»**

Направленность: художественная

Уровень освоения программы: ознакомительный

Возраст обучающихся: 7- 11 лет

Срок реализации программы: 1 год (33 часа)

Великий Новгород
2024

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Классический танец» разработана и реализуется в соответствии с:
Федеральным законом от 29 декабря 2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286);
Основной общеобразовательной программой МАОУ «Школа № 36» (далее Школа);
Уставом Школы.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Большая перемена» (далее Программа) является программой художественно-эстетической направленности и ознакомительного уровня освоения.

Реализация образовательных программ предусматривает введение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование физических способностей, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.

Весь материал программы подобран с учетом возрастных особенностей школьников, их возможностей и интересов.

Предметом обучения хореографии в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью с использованием основных направлений хореографического искусства: классического, народно-сценического и современного танцев, а также ритмики, и упражнений по преимущественной целевой направленности их использования с учётом сенситивных периодов развития учащихся начальной школы. В процессе овладения этой деятельностью формируется костномышечная система, укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются необходимые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Учебный предмет «Хореография» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения. Существенным компонентом содержания учебного предмета «Хореография» является физическое воспитание граждан России. Учебный предмет «Хореография» обогащает обучающихся системой знаний о сущности и общественном значении физической культуры и её влиянии на всестороннее развитие личности. Такие знания обеспечивают развитие гармоничной личности, мотивацию и способность обучающихся к различным видам деятельности, повышают их общую культуру.

Актуальность программы является воспитание гражданина, который любит свою Родину. Хореографическое искусство позволяет приобщить детей к духовной культуре своего народа, частью которой он является.

Это направление на эффективное развитие физических качеств и способностей обучающихся начальной школы; на воспитание личностных качеств, включающих в себя готовность и способность к саморазвитию,

самооценке, рефлексии, анализу; формирует творческое нестандартное мышление, инициативность, целеустремлённость; воспитывает этические чувства доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; учит взаимодействовать с окружающими людьми и работать в команде; проявлять лидерские качества.

Л.С. Выготский: “ считает, что гармоничному физическому развитию детей способствуют танцевальные движения, поставленные под музыку”. Ритмичная музыка, сопровождающая танцевальные упражнения, помогает организму приспособиться к постоянному темпу работы, повышает его работоспособность, препятствует возникновению утомления, противодействует влиянию однообразия, ускоряет процесс восстановления.

Новизна Программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы возможности учащихся разного возраста, основные направления хореографии: гимнастика, классический, народно-сценический и современный танцы. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента каждого учащегося, а также на развитие его сценической культуры.

Педагогическая целесообразность программы заключается в представлении хореографии и ее многообразии, дает возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, и тем самым открывает более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Цель: Приобщение к здоровому образу жизни, формирование средствами музыки и танцевальных движений гармоничного, психологического, духовного и физического развития ребенка.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение видам хореографической деятельности: элементы классического, народного, бального и эстрадного танца, разучивание этюдов и танцев.
 - формировать мотивацию к обучению и познанию;
 - приобщить обучающихся к истокам хореографического искусства;
 - формировать у обучающихся определенные хореографические знания, умения и навыки;
 - обучить приемам самоконтроля и взаимоконтроля.

Развивающие:

- Раскрыть творческий потенциал;
- развивать музыкальность;
- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);
- развивать чувство ритма, пластическую выразительность.

Воспитательные:

- Воспитывать духовно-нравственные качества;

- формировать навыки творческого самовыражения, общей культуры, настоящего эстетического вкуса;
 - формировать уважительное отношение к истории и культуре других народов;
 - формировать навыки общения и коллективного творчества;

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на 9 месяцев обучения.

Полный объем учебных часов – 33 часа

Режим занятий

Продолжительность занятия – 40 минут.

Режим занятий:

1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Возраст обучающихся 7-11:

Младший школьный возраст благоприятный возраст для формирования практически всех двигательных навыков, проявляемых при физической активности. В этот период закладываются основы двигательной культуры и успешно приобретаются новые двигательные способности. Практически все показатели двигательных навыков детей демонстрируют высокие темпы роста. В этот период развивается двигательный опыт, так как движение является для детей необходимостью.

Форма обучения – очная.

Формой проведения занятий является урок, где применяются групповые и индивидуальные формы работы. А также дифференцированный подход через получение индивидуальных заданий упрощенной или усложненной формы. Виды занятий определяются содержанием программы и предусматривают беседы, дискуссии, практические занятия, учебные игры, тренинги, конкурсы.

Формы проведения промежуточной и итоговой аттестации

Промежуточная аттестация проводится в форме открытых уроков, Итоговая аттестация осуществляются в виде: класс - концерта, просмотров концертных номеров.

Ожидаемые результаты

Учебно-познавательные компетенции:

- Знание постановки корпуса, позиции рук, ног и головы;
- Владение танцевальными навыками в соответствии с музыкой;
- Знание основ танцевального искусства, выражение образа в разном эмоциональном состоянии.

Коммуникативные компетенции:

- Умение двигаться и взаимодействовать, слушать собеседника;
- Умение выстраивать свое поведение в ходе общения.

Общекультурные компетенции:

- культура общения в танце;
- ответственность на выступлениях.
- соблюдение правил поведения.
- формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Способы определения результативности

Можно использовать следующие способы:

1. Спланировать работу таким образом, чтобы получать информацию об уровне достижения планируемых результатов каждым обучающимся.
2. Организовать рефлексии и самооценку обучающимися собственной учебной деятельности на занятии.
3. Регулировать соотношение побуждения обучающихся к деятельности (комментарии, вызывающие положительные чувства в связи с проделанной работой, установки, стимулирующие интерес, волевые усилия к преодолению трудностей и т.д.).

Формы подведения итогов реализации программы по хореографии:

1. Текущий контроль по полугодиям проводится в форме контрольных занятий и зачетов.
2. Промежуточная аттестация по итогам года проводится в форме класс-концертов.
3. Итоговая аттестация по завершению обучения проводится в форме концерта.

Для аттестации учащихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретённые знания, умения и навыки.

Учебный план 1-4 класс

Наименование разделов	Общее кол-во часов.	Теория.	Практика.	Форма контроля
-----------------------	---------------------	---------	-----------	----------------

1.Знакомство. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале. Техника безопасности. Поклон	1	0,5	0,5	Опрос, наблюдение
2.Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами .	8	1	7	наблюдение
3.Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков .	3		3	Наблюдение
4. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	8	1	7	Наблюдение
5. Ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги «круг», «шахматный порядок», «колонна».	6		6	Наблюдение
6. Музыкально-танцевальные игры. Импровизация на тему мелодий.	1		1	наблюдение
7.Общеукрепляющие упражнения. Упражнения для тренировки равновесия, укрепление стоп, позвоночника, подготовка к стойке.	4		4	Наблюдение
8.Эмоциональная сфера танца и развитие актерской выразительности, коммуникативные танцы – игры.	1		1	Наблюдение

9. Учебно-воспитательные и организационные мероприятия	и	1		1	Концерт, открытый урок
Итого:		36	2,5	30,5	

Тематическое планирование

Месяц	Тема	Описание урока
Сентябрь	1.Занятие: Давайте познакомимся!	Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале. Техника безопасности.
	2. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков.
	3. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	Упражнения для пластики рук, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, вращения. Изучение элементов демие-плие по первой, второй, пятой позиции.
	4. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	Упражнения на разучивание шагов, элементов танца.
Октябрь	5. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и т.д.). Хореографическая подготовка экзерсис на середине (демие плие, батман тандю) упражнения для формирования правильной осанки прыжки на середине (сотэ)
	6. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	упражнения на середине (демие плие, батман тандю, батман тандю жете) танцевальные движения упражнения на укрепления позвоночника
	7. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	экзерсис на середине (батман тандю жэте, рондэ жамб портер) растяжка портерная
	8. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности	экзерсис на середине (гранд батман, адажио) мостик

	ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	шпагаты (левый, правый, поперечный)
Ноябрь	9. Постановка корпуса рук и ног. Разновидности ходьбы, бега, прыжков. Ритмика с танцевальными элементами	экзерсис на середине захваты ног (в сторону и назад, вперед) мостик на вытянутых руки и ноги шпагаты (левый, правый, поперечный) вращение и прыжки
	10. Занятие: Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков	ходьба, повороты, подскоки в определенном ритме(1,2,3,1,2)
	11. Занятие: Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков	ходьба, повороты, подскоки в определенном ритме(1,2,3,1,2)
	12. Занятие: Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков	ходьба, повороты, подскоки в определенном ритме(1,2,3,1,2)
Декабрь	13. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	ходьба, повороты, подскоки в определенном ритме(1,2,3,1,2)
	14. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	Вращение шене по диагонали Шаги и повороты с четкими градусами поворота.
	15. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	Правильный перенос веса тела на шагах и поворотах. Изучение танца.
	16. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	упражнения на развитие выворотности ног упражнения на развитие гибкости мостики , складочка на 8 счётов прыжки (трамплинчики)
Январь	17. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	Разучивание танца. Упражнения на разучивание шагов, элементов танца.
	18. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	Разучивание танца. Упражнения на разучивание шагов, элементов танца.
	19. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	Разучивание танца. Упражнения на разучивание шагов, элементов танца.
Февраль	20. Разучивание основных элементов танца (шаги, повороты, прыжки и вращение.).	Разучивание танца. Упражнения на разучивание шагов, элементов танца. Вращение по диагонали, вращение из точки в точку.

	21.Ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги «круг», «шахматный порядок», «колонна».	Основные движения, построение в круг из круга, перестроение.
	22.Ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги «круг», «шахматный порядок», «колонна».	Построение круга из шеренги «круг».
	23.Ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги «круг», «шахматный порядок», «колонна».	Построение «шахматный порядок»
Март	24. Ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги «круг», «шахматный порядок», «колонна».	Построение «колонна».
	25. Ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги «круг», «шахматный порядок», «колонна».	Изучение длинной стороны в зале и короткой стороны зала. Градусы в поворотах и полуповоротах.
	26. Ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги «круг», «шахматный порядок», «колонна».	Изучение длинной стороны в зале и короткой стороны зала. Градусы в поворотах и полуповоротах.
Апрель	27.Музыкально-танцевальные игры. Импровизация на тему мелодий.	Музыкально-танцевальная игра :Космонавты
	28.Общеукрепляющие упражнения. Упражнения для тренировки равновесия, укрепление стоп, позвоночника, подготовка к стойке.	Классические позиции рук и ног: деми-плие, гранд-плие, батман-тандю, батман-жете, гранд-батман. Упражнения на натяжение и расслабления мышц тела для улучшения эластичности.
	29. Общеукрепляющие упражнения. Упражнения для тренировки равновесия, укрепление стоп, позвоночника, подготовка к стойке.	Изучение поворотов, шагов. упражнения для растяжки (складочка) упражнения на укрепления позвоночника упражнение лягушка на полу.
	30. Общеукрепляющие упражнения. Упражнения для тренировки	Упражнения на натяжение и расслабления мышц тела для улучшения эластичности . упражнения для растяжки (складочка)

	равновесия, укрепление стоп, позвоночника, подготовка к стойке.	упражнения на укрепления позвоночника упражнение лягушка на полу.
Май	31. Общеукрепляющие упражнения. Упражнения для тренировки равновесия, укрепление стоп, позвоночника, подготовка к стойке.	упражнения для растяжки (складочка) упражнения на укрепления позвоночника упражнение лягушка на полу. Стойка с ногой в сторону, вперед, назад.
	32. Эмоциональная сфера танца и развитие актерской выразительности, коммуникативные танцы – игры.	Беседа какой должен быть танцор на выступлениях. Упражнения на мимику. Игра: маска
	33. Учебно-воспитательные и организационные мероприятия.	Повторение танца. Подготовка к концерту. Концерт.

Организационно-педагогические условия

Хореографический зал, оборудованный в соответствии с техникой безопасности и санитарно-гигиеническими нормами. Зал со специальным напольным покрытием оснащен, зеркалами, и звуковой аппаратурой. Имеются наглядности: позиции рук и ног, позы танца.

Технические средства:

- ❖ музыкальный центр
- ❖ ноутбук.
- ❖ колонка

Музыкальный материал:

1. Танцевальная ритмика для детей часть 1, 2, 3, 4, 5.
2. Сборник детских песен «Мир детства»
3. Энциклопедия «Народные музыкальные инструменты»
4. Сборник « Танцы народов Мира»
5. Сборник русской народной музыки «У нашего двора нет веселья конца»
6. Сборник «Классика для детей» часть 1, 2.

7. Сборник народной музыки.
8. Музыка Рыбникова для детей.

Видеозаписи:

1. Бальная хореография часть 1, 2.
2. Балет «Щелкунчик».
3. Балет «Лебединое озеро».
4. Архив хореографического ансамбля «Березка», «Гжель», Моисеева, Годенко.
5. Танцы народов мира.
6. Мастер-класс В.Шершнева г. Москва «Женская и мужская техника исполнения народного танца».
7. Мастер-класс А. Гафта. г. Ханты-Мансийск. «Танцы народов ханты и манси».
8. Архив танцевального коллектива «Калейдоскоп».

Список литературы для педагога

1. Базарова, Н. П. Азбука классического танца. 1-е 3 года обучения [Текст]: учебное пособие / Н. П. Базарова, В. П. Мей. – 3-е изд., испр. И доп. – СПб.: Лань, 2006. – 240 с., ил.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 480 с.
3. Платонов В.Н. П 37 Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Настольная книга тренера: в 2 т. / В. Н. Платонов. — М.: ООО «ПРИНТЛЕТО», 2021. - Т. 1. - 592 с.: ил.
3. Попова Н.М., Бурт А.А., Тарасова А.В. Плантографическое исследование стоп и оценка качества жизни детей, занимающихся танцами. Спортивная медицина: наука и практика. 2017;7(4):36-41с.

4. Профилактика и коррекция нарушений осанки детей в образовательных организациях: монография / авт. колл.: И.В. Рябова, М.А. Правдов, Н.Н. Нежкина и др.; под ред. И.В. Рябовой. - М.: МГПУ, 2019. - 148 с.
5. Санин М.Р. Анатомия и физиология детей и подростков. / М.Р. Санин, З.Г. Брыскина. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 145 с.
6. Сулейманов И.И. Общее физкультурное образование: Учеб. для студентов, обучающихся по специальности "Физ. культура и спорт" / И.И. Сулейманов, О.А. Аюшеева, Н.А. Коротаева; Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре, спорту и туризму, Тюм. гос. ун-т, Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Тюмень: Вектор Бук, 2000. - 20 см.; ISBN 5-88131-124-8
7. Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса: сб. материалов национальной науч.-практ. конф., 13 мая 2020 г., Шуйский филиал ИвГУ. – Шуя : Изд-во Шуйского филиала ИвГУ, 2020. – 283 с.
8. Физическое воспитание и развитие детей школьного возраста: учебное пособие / составитель В. И. Росляков. – Самара: СФ ГАОУ ВО МГПУ, 2018. – 160 с. ISBN 978-5-6041078-0-5
9. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие [Текст]/ И.В. Лях.- Москва: ТВТ Дивизион, 2006. - 290с.
10. Лях В.И. Координационные способности школьников. Основы тестирования и методики развития [Текст]// Физ. культура в школе.- 2000.- №5. - С. 3-10.
11. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников [Текст]/ В. И. Лях.- Москва: Физкультура и спорт, 2008. – 204 с.
12. Лях В.И. Критерии определения координационных способностей // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 11. – С. 17–20.
13. Лях В.И. О классификации координационных способностей // Теория и практика физической культуры. – 1987. – № 7. – С. 28–30.

14. Лесгафт П.Ф. о физическом воспитании детей и подростков дошкольном образовательном учреждении // Приоритетные научные направления: от теории к практике. - 2016. - № 24-1. - С. 152-156.
15. Березовская В.А., Козлитина Е.Ж., Мигачева С.К. Искусство танца как средство развития ребенка // Современное образование: Актуальные вопросы, достижения и инновации, 2017. - С. 371-373.

Список литературы для обучающихся

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. - М.: Рольф, 1999. – 272 с., ил.
2. Боттомер, Пол Учимся танцевать [Текст] / Пол Боттомер / Перевод с англ. К. Молькова. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – 256 с., ил.
3. Идом, Хелен Хочу танцевать [Текст] / Х. Идом, Н. Кэтрэк. – М.: Махаон, 1998. – 32 с., ил. – (Пусть меня научат).
4. Карп, П. М. Младшая муза [Текст] / П. М. Карп. – М.: Современник, 1997. – 237 с., фотоил. – (Под сенью дружных муз).
5. Касл Кейт Балет [Текст] / К. Касл; Пер. с англ. Е. Мамонтовой. – М.: ООО «Издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2001. – 64 с., ил. – (Детская энциклопедия).
6. Петров, В. А. Нулевой класс актера [Текст] / В. А. Петров. – М.: Сов. Россия, 1985. – 110 с.
7. Смит, Люси Танцы. Начальный курс [Текст] / Л. Смит; Пер. с англ. Е. Опрышко. – М.: ООО «Издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2001. – 48 с., ил.
8. Станиславский, К. С. Работа над собой в творческом процессе переживания [Текст] / К. С. Станиславский. – М.: Искусство, 1954. – Т. 2. – 423 с.

9. Секрет танца [Текст] / Составитель Т. К. Васильева. – СПб.: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1997. – 480 с., ил.
10. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца [Текст с нотами]: учеб. пособие для ВУЗОВ / Г.П. Гусев. – М.: 2004. – 206 с.: ил. (танцевальные движения на середине зала)