

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 149
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ
решением педагогического
совета школы
Протокол № 9 от 30.08.2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

духовно-нравственное направление

3б класс

Танцевальный коллектив «Капельки солнца»

Ф.И.О. педагога: Громова Мария Андреевна

Срок реализации программы: 2021/2022 учебный год

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 32A3DBA3B0BF2D99B64B9BD59CD5C4A1041332B2
Владелец: Степанова Елена Вадимовна
Действителен: с 19.08.2020 до 19.11.2021

Санкт-Петербург

2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности Танцевальный коллектив «Капельки солнца» для 3б класса составлена в соответствии с документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.12.2009 № 373 (с изменениями и дополнениями).
3. Основная образовательная программа начального общего образования ГБОУ СОШ № 149.
4. План внеурочной деятельности начального общего образования ГБОУ СОШ № 149.

Всем нам известно, какую огромную роль играет в жизни человека движения. Движению подчинена вся наша жизнь. Движение, подчиненное определенному ритму – это уже прообраз танца. Нигде более так всеобъемлюще не развиваются тело, душа и воля как в танце. Поэтому танец столь важен и необходим для образования и развития детей.

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волею-неволею становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения, происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память

На танцевальных занятиях увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно – сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыки, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

На танцевальных занятиях особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Танец решает те же задачи эстетического развития и воспитания что и музыка. В музыке заложены содержание и характер любого танцевального произведения. Не может быть танца без музыки, без ритма. Обучение искусству танца происходит параллельно с музыкальным воспитанием: дети учатся понимать, слушать и слышать музыку, органически сливать в единое целое движение и музыку. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Танцевальные занятия направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения курса внеурочной деятельности.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом.

5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи:

Обучающие: - формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма;

- научить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;

- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

Развивающие: - способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала;

- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;

- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;

- пробуждать фантазию, способность к импровизации;

- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы;

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребёнка;

Воспитательные: - способствовать развитию эстетического и художественного вкуса;

- сплотить коллектив, строить в нём отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;

- обучить танцевальному этикету и сформировать умение переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

- принимать участие в концертной жизни образовательного учреждения.

Данная программа сориентирована на работу с детьми с разным уровнем подготовки, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа Танцевального коллектива «Капельки солнца» предназначена для преподавания основ хореографического искусства в режиме внеурочной деятельности. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Программа рассчитана на 1 год обучения в 3б классе – по 2 часа в неделю, 68 часов в год. По расписанию занятия проводятся 1 раз в неделю. Реализация программы предусматривает использование дистанционных образовательных технологий.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности.

Программа составлена для учащихся начального общего образования, имеет вариативный характер, построена по принципу усложнения материала (от простого к сложному). Данная программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей учащихся начальных классов.

На занятиях постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия танцами тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно занятия ритмикой наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия положительно влияют на умственное развитие детей: нужно правильно понять, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Занятия оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность. В целом занятия повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами. Они приобретают способность к сценическому действию под музыку с использованием элементов костюма и декораций. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских праздников.

Особое место в программе занимает включение элементов народных танцев. Они помогают в приобщении детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Музыкально-ритмическая деятельность детей является основной в содержании работы на занятиях. Дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Описание ценностных ориентиров содержания курса

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

Ценность свободы как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека

Ценность искусства танца - как способ познания красоты, гармонии, духовного мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека.

В программу включен танцевальный материал наиболее значимых жанров хореографии: элементы классического, народного, историко-бытового и современного танца.

Программа по ритмике включает в себя музыкальные, ритмические, танцевальные упражнения, разучивание репертуара балльных танцев, музыкальные игры.

Содержание учебного курса

Программа состоит из следующих разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Игры под музыку.
4. Танцевальные упражнения.
5. Танец.

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны УУД, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Обучению младших школьников ритмике и танцу предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. В ходе изучения основных движений танцев, учащиеся расширяют свой кругозор по определению танцевальных жанров.

В раздел танец входят постановки танцев.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

регулятивные

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

познавательные

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- ходить и бегать 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 и плясовые движения;

- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

коммуникативные

- умение координировать свои усилия с усилиями других;

- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Календарно-тематическое планирование 3б класса

№	Дата план	Дата факт	Тема	Часы	Вид контроля
1			Вводное занятие. Инструктаж: правила поведения в танцевальном зале. Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие темпа и ритма.	2	Визуальный контроль.
2			Разучивание разминки. Постановка корпуса. Копирование движений. Разучивание движений. Построение и перестроение в линию, колонну, круг. Вовлечение в игровую деятельность.	2	
3			Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Понятие о рабочей и опорной ноге. Копирование движений. Выполнение ритмических упражнений.	2	
4			Ориентация в танцевальном зале: центр, диагонали, зритель, исполнитель. Построение и перестроение в танцевальном зале. Вовлечение в игровую деятельность.	2	
5			Знакомство с групповым танцем. Основные правила. Начало изучения группового танца. Выполнение тренировочных упражнений.	2	

			Разучивание танцевальной композиции.		
6			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
7			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
8			Групповой танец. Самостоятельное исполнение танца.	2	
9			Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха. Прослушивание музыки. Выполнение музыкально-ритмичных упражнений. Вовлечение в игровую деятельность.	2	
10			Прямые позиции ног (I, II, III, IV). Основные правила. Позиции рук (I, II, III). Основные правила.	2	
11			Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом. Копирование движений. Двигательная активность. Игры под музыку. Ритмическая комбинация: шаги на месте, с остановкой на каблук; шаги по точкам (I, III, V, VII).	2	
12			Начало изучения группового танца. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
13			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
14			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
15			Групповой танец. Финал. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
16			Групповой танец. Самостоятельное исполнение танца.	2	
17			Игры под музыку. Ритмическая комбинация: шаг приставка, руками уши; шаг назад, руки вперед; пружинка на месте, в стороны; пружинка назад; колено, локоть;	2	

			прыжки. Игровая деятельность; выполнение тренировочных упражнений, разучивание танцевальной композиции.	
18			Ходьба с остановкой на пятках, на носках. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. Выполнение тренировочных упражнений; двигательная активность; сопоставление и копирование движений. Ходьба с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. Выполнение тренировочных упражнений; двигательная активность; сопоставление и копирование движений.	2
19			Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения. Копирование, выполнение и отработка движений на координацию под музыку. Игровая деятельность; выполнение тренировочных упражнений, разучивание танцевальной композиции.	2
20			Начало изучения группового танца. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2
21			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2
22			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2
23			Групповой танец. Финал. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2
24			Групповой танец. Самостоятельное исполнение танца.	2
25			Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. Беседа, наблюдение, игровая деятельность, инсценировка. Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы. Беседа; наблюдение; игровая	2

			деятельность; инсценировка.		
26			Начало изучения группового танца. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
27			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
28			Групповой танец. Развитие действия. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
29			Групповой танец. Финал. Выполнение тренировочных упражнений. Разучивание танцевальной композиции.	2	
30			Групповой танец. Самостоятельное исполнение танца.	2	
31			Правила танцевального этикета. Изучение танцевальных основ в паре. Правила поведения в паре. Позиции в паре. Беседа, игровая деятельность, подражание; наблюдение. Ритмическая комбинация (в парах). Игровая деятельность, выполнение тренировочных упражнений, разучивание танцевальной композиции.	2	
32			Групповые танцы. Повторение выученных танцев. Самостоятельное исполнение танцев.	2	
33			Открытое занятие. Подготовка к итоговому занятию.	2	
34			Итоговое занятие.	2	

Описание учебно-методического обеспечения

В курсе обучения хореографии применяются традиционные **методы обучения**: словесный, наглядный и практический показ.

Словесный метод - универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Наглядные методы способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям.

К этим методам можно отнести:

- показ упражнений,
- прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков.

Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связи, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Формы проведения занятий:

- учебное занятие;
- беседа;
- игра;
- музыкальное соревнование;
- занятие-праздник;
- концерт;
- конкурс;
- открытые занятия.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- проведение открытых уроков для родителей;
- участие в праздничных концертах, программах;
- проведение итогового занятия в конце учебного года;

- участие в гала-концерте в конце года "Золотая летопись школы".

Материально-техническое обеспечение.

- музыкальный носитель;

- колонки

Список литературы

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». – М.: ТЦ Сфера, 2009.
2. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» – С-Пб., 2000.
3. Васильева Т.К. «Секрет танца» – С-Пб.: Диамант, 1997.
4. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». –М.: ВАКО, 2007.
5. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. – Волгоград: Учитель, 2008.
6. Климов А. «Основы русского народного танца» – М.: Искусство, 1981.
7. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». – М.: ВАКО, 2009.
8. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» – М.: Новая школа, 1998.
9. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» – М.: Просвещение, 1989.
10. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». – М., 2008.