

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №19 имени Героя Советского Союза
Ивана Петровича Мытарева
города Димитровграда Ульяновской области»**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ Кравчук А.Ю.

«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СШ 19

им. И.П. Мытарева

_____ Дегтярева Н.А

Приказ № 403 от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Хореография»

для обучающихся 1 классов

на 2024 – 2025 учебный год

Количество часов по учебному плану всего 33 часа в год; в неделю 1 час

Составитель программы:

Калистова Дарья Андреевна

**г. Димитровград
2024**

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе я программы по внеурочной деятельности «Хореография» для начальной школы подготовленной Л.Н. Михеевой 1-4 классы Москва «Просвещение» 2009 г. в соответствии с Государственным стандартом начального общего образования по хореографии - ритмике.

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Телевидение, компьютеры, сотовая связь все это приводит к недостатку двигательной активности ребенка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный учебный процесс в школе. Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованны, неподвижны, медлительны, другие разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащении запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Хореография способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно – творческая и танцевальная способность, фантазия. Память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитания организованной, гармонически развитой личности.

Программа предусматривает работу со всем классом. Для работы отводится 33 часа (из расчета 1 час в неделю)

Цель программы: Создание валеологически обоснованных условий способствующих совершенствованию индивидуального здоровья учащихся средствами двигательной активности (ритмика, танец).

Ритмикой и танцем могут заниматься все физически здоровые дети, начиная с 6-7 лет

Приоритетные задачи:

1. Развитие и сохранение здоровья детей младшего школьного возраста.
2. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, художественно - творческой и танцевальной способности.
3. Воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Особенностью содержания работы по музыкально-ритмическому воспитанию младших школьников является включение этого вида деятельности в учебный процесс, установление межпредметных связей в различных дисциплинах — как эстетического цикла: музыки, изобразительной деятельности, выразительного чтения, — так и других (математика, природоведение), в стимулировании развития основных психических процессов — внимания, памяти, воли, образного мышления — средствами музыки и выразительного движения.

Содержание программы.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие разделы:

Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

Танцевальная азбука (тренаж).

Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).

Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 1-2 класса. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука».

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

В начале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика;
- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

Раздел «Творческая деятельность».

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побывать» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я- художник по костюмам» и др.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по темам.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Хореография»

Универсальные учебные действия

1. Личностные (у учащихся будут сформированы):

- понятия и представления о национальной культуре, о вкладе своего народа в культурное и художественное наследие мира;
- установка на здоровый образ жизни;
- развитие творческого потенциала ребенка, активизация воображения и фантазии;
- нравственно-этическая ориентация;

- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с танцевальной деятельностью.

2. **Регулятивные (обучающийся научится):**

- проговаривать последовательность действий на занятии;
- работать по предложенному учителем плану;
- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

3. **Познавательные (обучающийся научится):**

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- проявлять индивидуальные творческие способности при сочинении танцевальных этюдов, подборе простейших музыкальных рифм;
- поиску и выделению необходимой информации;
- самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.

4. **Коммуникативные (обучающийся научится):**

- уметь пользоваться языком танцевального искусства:
 - а) донести свою позицию до собеседника;
 - б) оформить свою мысль и выразить свои чувства через движение;
- уметь слушать и понимать высказывания собеседников;
- уметь выразительно исполнять движение, показанное другим учащимся;
- участвовать в коллективном обсуждении проблем и их решении.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Все уроки часов	Из них	Обеспечение образовательного процесса	Общие учебные умения, навыки способы деятельности
			Контрольные и практические занятия (тема)		
1	1 раздел: «Что такое ритмика».	9	Итоговое занятие по теме: «Выполнение движений под музыку»	Нотно – методическое пособия для сопровождения занятий. 1.А.И.Буренина Ритмическая мозаика	Понимать последовательность действий. Ставить учебную задачу.
2	Выполнение движений под музыку на 2/4 и 4/4.			2.Е.В. Конорова «Методическое пособие по ритмике»	Различать танцевальность и маршевость в музыке.
3	Формировать восприятие музыки			Виды музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4.	Выражать свое эмоциональное отношение к музыкальным образам
4	Выполнение движений под музыку на 2/4 и 3/4.			Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха:	Проявлять эмоциональную отзывчивость.
5	Развивать музыкальный слух.			прослушивание различных ритмов и мелодий.	Участвовать в совместной деятельности при воплощении различных танцевальных образов.
6	Маршировка по залу, перестроение под музыку.				Распознавать и оценивать выразительность танцевального образа.
7	Изменение темпа и характера движения				
8	Изменение темпа и характера движения, коллективно-порядковое упражнения.				
9	Включение в движение с началом музыки Выделение сильной доли в музыке.		Итоговое занятие по теме: «Элементы ритмики»		
	Упражнения на развитие координации. Развитие координации.				
	Танцевальные игры на развитие координации. Передача танцевального образа под музыку в движении.				

10	II раздел: «Танец на новогоднем празднике» Разучивание движения танца «Веселая пара».	7	Итоговое занятие по теме: «Танец «Веселая пара», «Прогулка».	6. Т. Суворова «Танцевальная ритмика» № 1 7. Т. Суворова «Танцевальная ритмика» № 2 Изучение ритмически простых линейных и парных танцев. Подготовка танцевальных номеров для праздничных мероприятий, для участия в конкурсах.	Распределять работу при совместной деятельности. Организовывать работу в группе. Инсценировать песни, танцы. Импровизировать: передавать опыт музыкально-творческой деятельности в сочинении, исполнении, инсценировать песни, танцы, фрагменты из произведений.
11	Отработка движений танца «Веселая пара».				
12	Танец «Веселая пара».				
13	Разучивание движения танца «Прогулка».				
14	Отработка движений танца «Прогулки».				
15	Игровые танцевальные новогодние композиции.				
16	Творческие импровизации.				
17	III раздел: «Партерный тренаж» Упражнение на выворотность стоп	10	Итоговое занятие по теме: «Освоение движений упражнений на полу»	11. И. Каплунова И Новосельцева «Этот удивительный ритм» 12. Михайлова, Воронина «Танцы, игры» Работа по классическому экзерсису на полу (система движений «партер» на полу). Эта система помогает сделать тело подвижным, послушным, прекрасным. Здесь пол служит как бы инструментом, помогающим выпрямлять, вытягивать, разворачивать, развивать в нужном направлении костно-мышечный скелет ребенка, исправлять физические недостатки. На занятиях дети	Распределять работу при совместной деятельности. Организовывать работу в группе. Исполнять различные по характеру танцевальные произведения. Разучивать и исполнять образцы музыкально-танцевального творчества Сравнивать особенности исполняемых упражнений. Анализировать жанрово-стилистические особенности упражнений Наблюдать за процессом и результатом танцевального развития на основе сходства и различий.
18	Упражнение на развитие подъема стоп				
19	Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов.				
20	Упражнения на постановку шага и выворотности.				
21	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса.				
22	Упражнения на развитие эластичности мышц.				
23	Упражнения для позвоночника(повороты туловища и наклоны в				
24					
25					
26					

	<p>стороны</p> <p>Упражнения на развитие гибкости-растяжка.</p> <p>Упражнения на развитие гибкости. Броски ног.</p> <p>Упражнения для тренировки равновесия</p>		<p>занятие по теме: «Партерный тренаж»</p>	<p>специальными гимнастическими ковриками. Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Эти упражнения также способствуют растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, укрепляют все группы мышц ног, приучают к ощущению вытянутости ноги, в том числе пальцев ног и всей стопы</p>	
27	<p><i>IV раздел:</i></p> <p>«Танцевальная азбука»</p> <p>Знакомство с</p>			<p>15. З.Я. Ротт «Танцы в начальной школе» 1 часть</p>	<p>Сравнивать полученные результаты с учебной задачей.</p>
28	<p>движениями классического танца. Деми-плие.</p>			<p>16. З.Я. Ротт «Танцы в начальной школе» 2 часть</p>	<p>Оценивать свою деятельность и деятельность других.</p>
29	<p>Знакомство с</p> <p>движениями классического танца. Батман-тандюв вперед, в сторону.</p>		<p><i>Итоговое</i></p> <p>занятие по теме: «Освоение движений классического танца»</p>	<p>17. Школа танцев для детей 3-14 лет</p> <p>18. Т.В. Пуртова, А.Н.Беликова «Учите детей танцевать»</p>	<p>Ориентироваться в движениях классического танца</p>
30	<p>Разучивание движения</p>			<p>Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя.</p>	<p>Наблюдать за процессом и результатом танцевального развития на основе сходства и различий</p>
31	<p>Ронд де жамб партер</p>	8		<p>Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.</p>	<p>Исследовать: определять форму построения музыкального произведения.</p>
32	<p>Релеве.</p>		<p><i>Итоговое</i></p> <p>занятие по теме: «Импровизация»</p>		<p>Импровизировать: создавать танцевальные композиции</p>
33	<p>Танцевальная комбинация из прыжков.</p> <p>Разучивание движение для пластичности рук.</p> <p>Музыкально танцевальные игры.</p>				

РЕЗЕРВ					
ВСЕГО ЗА ГОД		33			