Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение

«Ичалковская средняя общеобразовательная школа»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрена и одобрена  на заседании методического объединения  Руководитель ШМО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Четвергова М.И.  Протокол №\_\_ от«\_\_\_»\_\_\_2020г. | Согласовано  Заместитель директора  по ВР МОБУ «Ичалковская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Серегина Н.Н.  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_ 2020г. | Утверждаю  Директор МОБУ «Ичалковская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Зубанов А.Н.  «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_2020г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

танцевального кружка «Радуга»

на 2020 – 2021 учебный год

Шевцова Людмила Николаевна

учитель начальных классов

**Пояснительная записка**

Данная программа разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего образования и с учетом межпредметных и внутрипредметных связей и логики учебного процесса. При создании данной программы автор использовал материалы работ музыкантов-педагогов Н.Г. Александровой и В.М. Бехтерева, которые считали основополагающим музы­кально-педагогическим методом использование в воспитании и обу­чении такую дисциплину как ритмика, и программу «Ритмика и танцы» под редакцией Е.И.Мошковой, рекомендованную Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования РФ, 1997г.

Главный принцип, заложенный в Программу – создание творческого образа в танце на основе индивидуальности самого ребенка.

В процессе обучения педагогами выявляются, такие особенности учащихся как характер, темперамент, пристрастия и склонности.

Цель программы – раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

В процессе обучения педагогом определены и решаются следу­ющие задачи:

* развитие интереса и приобщение учащихся к мировой танце­вальной культуре;
* развитие танцевальных, музыкальных, артистических и дру­гих творческих способностей каждого учащегося;
* формирование у учащихся внимательного отношения к собствен­ным возможностям, к манере танцевального исполнения, к пластичес­кому разнообразию, анализа собственной творческой деятельности;
* развитие мышечных ощущений, моторно-двигательной памя­ти, чувственно-образного мышления, пластической подвижности;
* привитие ребенку культуры общения между собой и окружающими иоказание помощи учащемуся в адаптации его в современных условиях жизни.

Программа ориентирована на интересы и потребности ребенка, направлена на формирование его мыслительного потенциала, на ста­новление творческой личности, способной художественно осмыслить окружающий мир и явления жизни в искусстве.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

На занятиях ритмикой 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 музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Программа предполагает постепенное расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков уча­щихся путем последовательного прохождения по годам обучения за четыре курса с учетом возрастных и психических особенностей детей 7-10-летнего возраста.

Основной формой реализации Программы является занятие с группой детей не более 10-15 человек. Групповая форма позволяет педагогу внимательней наблюдать за качест­венным преобразованием двигательной активности учащегося, помочь каждому уча­щемуся развивать его пластические возможности.

В зависимости от результатов наблюдений может быть перефор­мирование класса, исходя из различных задач, особенностей меж­личностных контактов детей.

В 1 - 4 классах занятия проводятся 0,5 раза в не­делю. Максимальная продолжительность занятия – 35-40 минут.

Форма одежды определяется педагогом исходя из специфики за­нятий.

Схема построения занятия во всех классах одинакова: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

Различается содержание и время, отведенное на каждую из частей занятия. На основную часть занятия в 1 классе отводится 15 минут, во 2 и 3 классах - 30 минут, в 4 классе- 35 минут. Основ­ная часть занятий 1 и 2 классов содержит учебно-тренировочные зада­ния, а в 3 и 4 классах больше отводится времени на разучивание тан­цев.

За период обучения учащиеся получают определен­ный программой объем знаний и умений, качество которых ежегодно проверяется.

Зачеты проводятся по изученной дисциплине по практическим умениям.

Учитель подводит итоги учебного года, дает оцен­ку творческих достижений учащихся, определяет задачи на будущие годы обучения.

1. **Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

2. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Ритмика».

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

1. личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей
2. метапредметные результаты - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий
3. предметные результаты - выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Схема возрастного и количественного распределения детей по классам, количество практических занятий в неделю и их продолжи­тельность.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **КЛАСС** | **ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ** | **КОЛ-ВО ДЕТЕЙ В ГРУППЕ** | **ЧИСЛО ГРУПП** | **КОЛ-ВО ЗАНЯТИЙ В НЕДЕЛЮ** | **ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ** | **КОЛ-ВО ЧАСОВ В год** |
| 1кл | 6-7 | 10-15 | 1 | 0,5 | 35 мин | 17 |
| 2кл | 7-8 | 10-15 | 1 | 0,5 | 35 мин | 17 |
| 3кл | 8-9 | 10-15 | 1 | 0,5 | 35 мин | 17 |
| 4кл | 9-10 | 10-15 | 1 | 0,5 | 35 мин | 17 |

**Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Ритмика».

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

1.личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей

2.метапредметные результаты - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий

3.предметные результаты - выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

**Содержание учебного предмета, курса**

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам учебных предметов:

«Музыка», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

«Литературное чтение», где дети знакомятся с литературными произведениями, которые лягут в основу предстоящей постановки ритмопластического действия.

«Окружающий мир», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между танцем и физкультурой: и по строению урока, и по его насыщенности. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок имеет конкретную цель - тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физической культурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

В течение всего курса обучающиеся знакомятся со следующими общими понятиями:

1. позиции ног;
2. позиции рук;
3. позиции в паре;
4. рисунок танца;
5. линия танца;
6. направление движения;
7. углы поворотов.

Предмет «Танцевальный калейдоскоп» включает разминку, общеразвивающие упражнения, танцевальные элементы и детские танцы.

**1. РАЗМИНКА (ТРЕНАЖ)**

Проводится в начале каждого урока на середине зала стоя, либо лежа на гимнастических ковриках на полу. Порядок упражнений выстраивается по принципу от простого к сложному и с головы заканчивая стопами. Разминка (тренаж)выполняется под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. С первого занятия учащиеся приобретают опыт музыкального восприятия. Задача - создать у детей эмоциональ­ный настрой во время занятий.

В связи с этим, выдвигаются следующие требования к музыкаль­ному оформлению занятия:

* правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемым движением, т.е. с соблюдением принципа «музы­ка-движение»;
* художественное или выразительное исполнение музыки, кото­рое является главным методическим приемом преподавания.

Задача данного этапа – развитие координации, памяти и внимания, умения воспроизводить движения показанные педагогом, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

1. **ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики, движения по линии танцев:

1. на носках, каблуках,
2. перекаты стопы,
3. высоко поднимая колени,
4. выпады,
5. ход лицом и спиной,
6. бег с подскоками,
7. галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.

Перестроения для танцев:

1. “линии”,
2. “хоровод”,
3. “шахматы”,
4. “змейка”,
5. “круг”.

Задача данного этапа – через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

Программа обучения выдвигает следующие зада­чи музыкально-ритмической деятельности детей 6-10-летнего воз­раста:

* научить ритмично двигаться в соответствии с различным харак­тером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо, громче, тише), ре­гистрами (высокий, средний, низкий);
* переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
* отмечать в движении метр (сильную долю такта), метрическую пульсацию и простейший ритмический рисунок в хлопках, притопах;
* менять движения в соответствии с двух-, трех частной формой и музыкальными фразами;
* закреплять понятия о трех основных жанрах музыки (песня-та­нец-марш).

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различ­ные задания, упражнения, игровое творчество является составной частью обучения.

1. **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ И ДЕТСКИЕ ТАНЦЫ**

Изучаются основные движения и вариации из них, а также некоторые популярные танцы, которые развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. Улучшается память, внимание, внутренняя организация.

Задача данного этапа – обучить отдельным танцам, задача которых – отработка корпусного движения, правильного и полного переноса тела, точной работы стопы.

**4. Содержание программы по годам обучения**

1 КЛАСС (первый год обучения)

1 час в неделю, 33 часа.

Задача: развить ритмическое и музыкальное восприятие, научить использовать паузы в движении, формирование правильной осанки, сохранение эластичности мышц посредством упражнений на пластику и растяжку.

2 КЛАСС (второй год обучения)

2 часа в неделю, 68 часа.

Задача: научить слушать музыку и понимать команды, разнообразить набор привычных движений, развивать координацию, чувство ритма, память, внимание, заинтересовать.

3 КЛАСС (третий год обучения)

2 часа в неделю, 68 часа.

Задача:продолжение развития чувства ритма, музыкальности, пластики, координации, развитие памяти, разнообразить набор

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов и тем | Кол-во часов | Дата проведения | |
| План | Факт |
| 1 | Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движение | 1 | 07.09 |  |
| 2 | Введение. Танец в нашей жизни( беседа). Для чего нужен танец. Как научиться танцевать? | 1 | 14.09 |  |
| 3 | Азбука природы музыкального движения | 1 | 21.09 |  |
| 4 | Понятие об основных танцевальных движениях | 1 | 28.09 |  |
| 5 | Правила танцевального этикета | 1 | 5.10 |  |
| 6 | Что надеть? Где и когда танцевать? Как проверить пульс? | 1 | 12.10 |  |
| 7 | Понятие о координации движений, позиции и положении ног и рук. | 1 | 19.10 |  |
| 8 | Практическое занятие.  Разучивание узора детского танца | 26 | 9.11, 16.11,23.11,30.11,  7.12,14.12,21.12,18.01,  25.01, 1.02,8.02,15.02,1.03,  15.03,22.03,5.04,12.04,19.04,  26.04,17.05,24.05 |  |
| 9 | Итоговое занятие | 1 | 31.05 |  |
|  | Всего | 34 |  |  |

**Учебно-методический комплекс к программе:**

1. Бесова, М. Весёлые игры для дружного отряда / М. Бесова. – Ярославль: Академия холдинг, 2004г.
2. Браиловская, Л. В. Самоучитель по танцам / Л. В. Браиловская. – Ростов-на-Дону: Феникс,2003г.
3. Васильева, Т. К. Секрет танца / Т. К. Васильева. – Санкт-Петербург: Диамант,1997г.
4. Ильенко, Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы / Л. П. Ильенко. – М.,2001г.
5. Минский, Е.М. От игр к занятиям / Е. М. Минский. – М.,1982г.
6. Назайкинский, Е.В. Звуковой мир музыки / Е. В. Назайкинский. – М.: Музыка,1988г.
7. Никитин, Б. Развивающие игры / Б. Никитин. – М.,1985г.
8. Новиков, С.Ю. Любимые праздники / С. Ю. Новиков. – М.:АСТ – ПРЕСС СКД, 2003г.
9. Пуртова, Т. Учите детей танцевать / Т. Пуртова, А. Беликова. – М., «Владос», 2004г.
10. Роот, З.Я. Танцы в начальной школе / З. Я. Роот. – М.: Айрис Пресс,2006г.
11. Смирнов, В.А. Эмоциональный мир музыки / В.А.Смирнов. – М.: Музыка, 1990г.
12. Смирнова, М.В. Классический танец / М. В. Смирнова. – Выпуск 3. – М.,1988г.
13. Суртаев, В.Я. Игра как социокультурный феномен / В. Я. Суртаев – Санкт-Петербург, 2003г.
14. Шишкина, В.А. Движение + движение / В. А. Шишкина. – М.: Просвещение, 1992г.