

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №73» городского округа Самара**
Адрес: г. Самара, ул. Майская, 47, тел. 933-21-58

«РАССМОТРЕНО»
на заседании МО
естественно-научного цикла
Руководитель МО
_____/Колузанова Н.И.
протокол № ____
« ____ » _____ 2024 г

«ПРОВЕРЕНО»
Зам. директора по УВР
МБОУ Школы № 73
_____/Митина А.П
« ____ » _____ 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
МБОУ Школы № 73 г.о.Самара
_____/Дрождза Н. Б.
Приказ № 313-од от 28.08.2024
« ____ » _____ 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Большие танцы»
для учащихся 5-9 классов

г.Самара,2024

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа «Большие танцы» для учащихся 5-9 классов составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования. Программа имеет художественно-эстетическую направленность. Ритмика – это упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечнососудистой 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 состоит в личностно ориентированном обучении. Задача педагога состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребёнка, не в формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. В младшем школьном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. Доступность ритмики основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека.

Целью программы является приобщение детей к здоровому образу жизни, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования. Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Оригинальность данной программы – это творческое мышление учащихся. Отличительной особенностью программы является то, что она достаточно вариативная и позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Ритмикой могут заниматься все физически здоровые дети, начиная с 6-7 лет. Учитывая эти способности, целью программы школьного физического воспитания является разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Реализации данной цели связаны с решением следующих образовательных задач:

1. Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
2. Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
3. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здоровья и безопасного образа жизни;
4. Совершенствование жизненно важных навыков и умений по средствам обучение подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
5. Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, формам активного отдыха и досуга.
6. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов в ходе двигательной деятельности.

2. Содержание учебного предмета, (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля.

5-6 класс

История развития хореографии.

Своеобразие возникновения и развитие танцевального искусства в России.

Современные тенденции в развитии танцевального искусства. Успешное приобщение школьника к исполнению русских народных танцев и современной хореографии. Искусство сочинения и сценической постановки танца, первоначальное значение — искусство записи танца балетмейстером.

2. Коллективная композиция (ансамбль).

Изучение элементов и комбинаций коллективного исполнения танца.

Ритмика.

Танцевальная азбука. Изучение и закрепление коллективного общения.

Работа над качеством выполнения движений танца. Умение договариваться о совместной работе, её содержании;

- работать вместе, уступать друг другу, помогать, подсказывать;

- планировать свою работу, определять её последовательность, содержание, композицию, дополнения;

- радоваться успехам своим и товарищей при создании работы.

3. Контрольный урок, выступление.

Проверка знаний и умений в конце каждой четверти, выступление на школьных, районных и городских мероприятиях.

7 класс

1. История развития хореографии.

Краткая характеристика стилей и традиций русских, зарубежных танцев с учетом изменяющихся тенденций в их развитии. Искусство сочинения и сценической постановки танца, первоначальное значение — искусство записи танца балетмейстером. Знакомство с историей возникновения и развития традиционного танца различных этносов:

— генезис танца (происхождение);

— описание танца в контексте календарной и бытовой обрядности;

— взаимовлияние традиционных танцевальных культур (межэтнические контакты);

— исследование культурно-исторической специфики возникновения жанров и форм танца той или иной этнокультурной популяции и др.

2. Коллективная композиция (ансамбль).

Изучение элементов и комбинаций коллективных танцев, умение работать в парах. Работа над качеством выполнения движений танца. Умение договариваться о совместной работе, её содержании;

- работать вместе, уступать друг другу, помогать, подсказывать;

- планировать свою работу, определять её последовательность, содержание, композицию, дополнения;

- радоваться успехам своим и товарищей при создании работы.

Закрепление и повторение изученного материала.

Форма организации занятия: практические занятия.

Вид деятельности: познавательная, художественное творчество.

3. Контрольный урок, выступление.

Проверка знаний и умений в конце каждой четверти, выступление на школьных, районных и городских мероприятиях.

8-9 класс

1. История развития хореографии.

Краткая характеристика стилей и традиций русских, зарубежных танцев с учетом изменяющихся тенденций в их развитии. Искусство сочинения и сценической постановки [танца](#), первоначальное значение — искусство [записи танцабалетмейстером](#). Знакомство с историей возникновения и развития традиционного танца различных этносов:

— генезис танца (происхождение);

— описание танца в контексте календарной и бытовой обрядности;

— взаимовлияние традиционных танцевальных культур (межэтнические

контакты);

— исследование культурно-исторической специфики возникновения жанров и форм танца той или иной этнокультурной популяции и др.

2. Коллективная композиция (ансамбль).

Изучение элементов и комбинаций коллективных танцев, умение работать в парах. Работа над качеством выполнения движений танца. Умение договариваться о совместной работе, её содержании;

- работать вместе, уступать друг другу, помогать, подсказывать;

- планировать свою работу, определять её последовательность, содержание, композицию, дополнения;

- радоваться успехам своим и товарищей при создании работы.

Закрепление и повторение изученного материала.

3. Контрольный урок, выступление.

Проверка знаний и умений в конце каждой четверти, выступление на школьных, районных и городских мероприятиях.

Внеурочная деятельность является составной и неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся.

Курсы внеурочной деятельности объединяют все виды деятельности школьников (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Внеурочная деятельность направлена на достижение следующих воспитательных результатов:

-приобретение социального опыта;

-формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;

-приобретение учащимися опыта самостоятельного общественного действия.

Воспитание на занятиях курсов внеурочной деятельности осуществляется через следующие формы: игра, викторина, соревнования,

олимпиада.

Форма промежуточной аттестации: Представление творческого номера.

3. Планируемые результаты освоения программы по внеурочной деятельности «ритмичная гимнастика» на уровне начального общего образования

5-9 класс

ЛИЧНОСТНЫЕ

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном

отношении к искусству

- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.
- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

Регулятивные УУД

- выполнять действия в качестве слушателя;
- выполнять действия в качестве правильного исполнения движений;
- выполнять действия в качестве помощника постановщика;
- ставить новые учебные задачи вместе с педагогом.

Познавательные УУД

- интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;

- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.
- поиск и выделение необходимой информации;
- формулировать учебную задачу;
- ориентация в способах решения задачи.
- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические , эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса, школы, района и города.

Коммуникативные УУД

- подготовка танцевальной импровизации в паре, в ансамбле;
- инсценирование на заданную тему;
- умение работать в паре, в ансамбле;
- умение взаимодействовать при достижении единого результата.

ПРЕДМЕТНЫЕ

- использовать элементарные теоретические и практические знания по хореографии
- применять основы сольного и коллективного вида танца.

4. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля, и возможности использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании

5-6 класс

№занятия	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1. История развития хореографии.				
1-2	Теория и история хореографии.	2	1	1
3	Знакомство с балетмейстерством (преподаванием)	1	0,5	0,5
4-5	Жанры и формы танца народов мира	2	1	1
6-7	Взаимовлияние традиционных танцевальных культур	2	1	1
8	Освоение навыков артистизма в хореографии	1	0,5	0,5
9-10	Азбука классического и эстрадного танца	2	1	1
2. Коллективная композиция (ансамбль)				
11-13	Освоение азов ритмики.	3	1	2
14-15	Азбука современного танца.	2	1	1
16-17	Подготовка к танцевальным комбинациям.	2	1	1
18-20	Танцевальная комбинация на проработку растяжки.	3	1	2

	Проработка всех групп мышц тела.			
21-22	Проработка всех позиций ног, I, II, III на полупальцах и одной ноге.	2	1	1
23-24	Проработка всех позиций ног IV, V на полупальцах и одной ноге.	2	1	1
25-27	Учебные комбинации с применением позиций ног на полупальцах и одной ноге.	3	1	2
3. Контрольный урок, выступление.				
28-34	Контрольный урок. Показ своих навыков и умений за определенный период времени. Представление творческого номера.	7	1	6
	Итого:	34	38%	61%

7 класс

№ занятия	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1. История развития хореографии.				
1-2	Теория и история хореографии.	2	1	1
3	Разминка – стрейчинг.	1	0,5	0,5
4-5	Чередование упражнений изученных ранее под музыку	2	1	1
6-7	Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений.	2	1	1
8	Освоение навыков артистизма в хореографии	1	0,5	0,5
9-10	Азбука классического и эстрадного танца	2	1	1
2. Коллективная композиция (ансамбль)				
11-13	Освоение азов ритмики.	3	1	2
14-15	Азбука современного танца.	2	1	1

16-17	Подготовка к танцевальным комбинациям.	2	1	1
18-20	Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений.	3	1	2
21-22	Выполнение джазовой растяжки, упражнение «лягушка», «колечко», «мостик».	2	1	1
23-24	Отработкой изученных ранее упражнений	2	1	1
25-27	Выполнение упражнений на растяжку: качеля, прогиб, шпагат.	3	1	2
3. Контрольный урок, выступление.				
28-29	Контрольный урок.	2	1	1
30-34	Показ своих навыков и умений за определенный период времени. Представление творческого номера.	5	1	3
	Итого:	34	41%	55%

8-9 класс

№ занятия	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1. История развития хореографии.				
1-2	Теория и история хореографии.	2	1	1
3	Разминка – стрейчинг.	1	0,5	0,5
4-5	Изучение вращений на месте: учить держать точку.	2	1	1
6-7	Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений.	2	1	1
8	Освоение навыков артистизма в хореографии	1	0,5	0,5
9-10	Изучение припадания, упадания	2	1	1
2. Коллективная композиция (ансамбль)				
11-13	Отработка вращения по диагонали и по прямой.	3	1	2

14-15	Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	2	1	1
16-17	Подготовка к танцевальным комбинациям.	2	1	1
18-20	Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений.	3	1	2
21-22	Упражнения на развитие гибкости: коробочка, лодочка, кошка.	2	1	1
23-24	Отработкой изученных ранее упражнений	2	1	1
25-27	Изучение вращения на месте – постановка головы, определение точки.	3	1	2
3. Контрольный урок, выступление.				
28-29	Контрольный урок.	2	1	1
30-34	Показ своих навыков и умений за определенный период времени. Представление творческого номера.	5	1	4
	Итого:	34	41%	58%

5. Учебно-методическое обеспечение (в том числе при наличии во внеурочной деятельности)