

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ №29»

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО

№1 протокола от
«29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
_____ А.М.Сафиуллин

Приказ №1 от
«29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
_____ Л.Д.Гатауллина

Введено приказом №270 от «29» 08 2023 г.

Программа
Внеурочной деятельности «Танцевальные ритмы»

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «29» августа 2023 г

Набережные Челны, 2023г.

Пояснительная записка

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время танец – наиболее массовая форма активного приобщения к музыке. Танцевать может каждый ребенок, и танец для него естественный и доступный способ выражения художественных потребностей, чувств, настроений. Поэтому в руках умелого руководителя танца – действенное средство музыкально-эстетического воспитания. В танце соединены такие многогранные средства музыкально-эстетического воспитания человека, как движение и музыка.

Новизна программы заключается в том, что она лабильна (от латинского «скользящий, неустойчивый»), так как репертуар ежегодно обновляется, каждый новый танец подбирается под определённого ребёнка или группу детей с учётом их музыкальных возможностей, двигательных способностей, психологических особенностей. Интерес обучающихся к танцевально-эстрадной деятельности позволяет привлекать детей, заполнить активным содержанием их свободное время, развивает творческие способности и самодисциплину, чувство коллективизма, ответственности, формирует гражданскую позицию и собственную значимость.

Целью программы является личностный рост ребенка в художественно-эстетической сфере, приобщение к миру танца и профессиям, связанным с музыкой.

Программа направлена на решение следующих задач:

Обучающие:

- развивать танцевальные способности
- учить школьников выразительно исполнять народные и бальные танцы
- обучение детей работать в группе;
- вовлечение детей в мир красивых танцев и музыкальных произведений;
- обучение свободному ориентированию в работе с техникой (различный реквизит)

Развивающие:

- развитие и поддержание устойчивого интереса ребенка к танцевально-эстрадному творчеству;
- развитие активности детей, снятие закрепощенности;
- развитие у детей воображения и музыкальной фантазии, эмоциональности в исполнении, а также двигательной культуры и артистизма.
- развивать художественное восприятие и вкус, воспитывать культуру поведения и общения.

Воспитательные:

- формирование личностных качеств у обучающихся: гражданственность, патриотизм, бережного отношения к природе, любви к Родине, нравственно – эстетических норм, межличностных отношений;

- создание комфортных условий для интересной творческой работы в коллективе, способствующих развитию коммуникативных навыков личности;
- создание оптимальных условий для развития и реализации потенциальных способностей одаренных детей.

1. Планируемые результаты.

В результате реализации программы воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования должно обеспечиваться достижение обучающимися:

воспитательных результатов – тех духовно-нравственных приобретений, которые получил школьник вследствие участия в той или иной деятельности (например, приобрел, участвуя в каком-либо мероприятии, некое знание о себе и окружающих, опыт самостоятельного действия, пережил и прочувствовал нечто как ценность); ***эффекта*** – последствия результата, то, к чему привело достижение результата (развитие школьника как личности, формирование его компетентности, идентичности и т.д.).

При этом учитывается, что достижение эффекта – развитие личности обучающегося, формирование его социальной компетентности и т.д. становится возможным благодаря воспитательной деятельности педагога, других субъектов духовно-нравственного развития и воспитания (семьи, друзей, ближайшего окружения, общественности, СМИ и т.п.), а также собственным усилиям самого обучающегося.

Воспитательные результаты и эффекты деятельности школьников распределяются по трем уровням.

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде, в которой ребенок получает (или не

получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнает о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с представителями различных социальных субъектов за пределами школы, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты: на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях; на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в нравственно-ориентированной социально значимой деятельности.

Таким образом, знания о ценностях переводятся в реально действующие, осознанные мотивы поведения, значения ценностей присваиваются обучающимися и становятся их личностными смыслами, духовно-нравственное развитие школьников достигает относительной полноты.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным.

Достижение трех уровней воспитательных результатов обеспечивает появление значимых эффектов воспитания и социализации детей – формирование у школьников коммуникативной, этической, социальной, гражданской компетентности и социокультурной идентичности в ее национально-государственном, этническом, религиозном, тендерном и других аспектах.

Таким образом, программа воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования направлена на создание **модели выпускника школы**.

Модель выпускника второй ступени обучения:

- любящий свой край и свою Родину, знающий свой родной язык, уважающий свой народ, его культуру и духовные традиции;
- осознающий и принимающий ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, человечества;
- активно и заинтересованно познающий мир, осознающий ценность труда, науки и творчества;

- умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике;
- социально активный, уважающий закон и правопорядок, соизмеряющий свои поступки с нравственными ценностями, осознающий свои обязанности перед семьёй, обществом, Отечеством;
- уважающий других людей; умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
- осознанно выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающего образа жизни;
- ориентирующийся в мире профессий, понимающий значение профессиональной деятельности для человека

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

2. Содержание программы «Танцевальные ритмы»

№	Название темы	Количество часов			Содержание
		Всего	Теор	Практ	
5 класс					
1	Введение.	1	1	0	Правила поведения на уроках «танцевальные ритмы», о технике безопасности, о форме одежды для занятий.
2	Построения и перестроения	5	1	4	Построение в круг, построение в линию, построение в две линии. Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве, ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, вкруг, из круга.
3	Партерная гимнастика.	5	1	4	Понятие «партерной гимнастики» и основных упражнений. Практика: - выполнение упражнений партерной гимнастики; - работа стопы; - наклоны корпуса вперед сидя; - упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; - простейшие упражнения на развитие координации: руки - ноги, синхронно и последовательно.
4	Отработка танцевальных движений.	5	1	4	Танцевальные движения народного характера и элементы современного и бального танца.
5	Импровизация, игры.	8	1	7	Понятия «импровизация», «фантазия», «воображение». Практика: творческая деятельность на развитие фантазии и воображения; знакомство с играми. Игры: «Ручеек», «Делай как я», «Зеркало», «Кошки – мышки»
6	Постановка, изучение танца.	9	1	8	Хоровод, роки-н-ролл, турнидос, сиртаки.
7	Итоговое занятие.	1	1	0	Отчетное выступление.
		34	7	27	
6 класс					

1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Построения и перестроения.	5	1	4	Построение в круг, сужение и расширение круга; построение в линию парами; построение в две линии парами. Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве; работа в парах; свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, в круг.
3	Партерная гимнастика.	5	1	4	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа, шпагат.
4	Отработка танцевальных движений.	5	1	4	Движения народного танца, танцевальные элементы современного и бального танца.
5	Импровизация, игры.	8	1	7	Творческая деятельность на развитие фантазии и воображения. Игры: «Море волнуется ...», «Делай как я», «Зеркало».
6	Постановка, изучение танца.	9	1	8	«Барыня», флэш-моб, турнидос, рок-н-ролл.
7	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		34	7	27	
7класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	8	2	6	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении стоя, сидя, лежа.

3	Постановка, изучение танца.	25	6	19	Движения танцев: «па-де-спанья», «русский лирический», «полька - шотландка», «полонез». Знать нормы этики при исполнении танцев.
4	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		34	10	24	
8класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	8	2	6	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа.
3	Постановка, изучение танца.	25	6	19	Фигурный вальс, джайв , вальс-мазурка, ча-ча-ча.
4	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		34	10	24	
9класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	8	2	6	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы, наклоны корпуса вперед сидя, упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины, упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно, упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа.
3	Постановка, изучение	25	6	19	

	танца.				Фигурный вальс, «Турнидос», «Танго вдвоём» (круговое танго).
4	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		34	10	24	

3. Тематическое планирование

№		Форма организации	Кол-во часов	ЦОР	Форма контроля
5 класс					
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1		Участие в концертах гимназии.
2	Роль танца в жизни древних греков.	теория	1		
3	«Пружинка», крестный ход, «постукивания» на месте.	практика	2		
4	Чувствовать характер музыки и передавать его со сменой перестроений: шеренга, круг, две шеренги напротив друг друга.	практика	2		
5	Повторение изученных движений в подгруппе с руками на плечах. Построение в кругу.	практика	2		
6	Ознакомиться с основным мягким шагом в хороводе.	теория	1		
7	Основные фигуры хоровода (корзиночка, воротца, улитка, круг).	практика	3		
8	Отработка танцевальных движений танца «хоровод».	практика	1		
9	Ознакомиться с основным шагом танца «турнидос».	теория	1		
10	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса	теория	1		

	в исполнении танца.				
11	Отработка танцевальных движений танца.	практика	3		
12	Танцы-игры.	игра	3		
13	Основной шаг: подскок с выбросом ноги.	практика	2		
14	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1		
15	Отработка танцевальных движений танца.	практика	3		
16	Подготовка к концерту 8 марта.	практика	2		
17	Танец «Хип-хоп».	практика	2		
18	Танцы-игры.	игра	1		
19	Подготовка к отчетному концерту.	практика	1		
20	Отчетный концерт.	практика	1		
		Всего	34		
6 класс					
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1		Участие в концертах гимназии.
2	Элементы русской пляски (дробь).	теория	2		
3	Дроби, молоточки, «ключ».	теория	1		
4	Чувствовать характер музыки и передавать его с движениями.	практика	2		
5	Повторение изученных движений.	практика	2		
6	Ознакомиться с основным	теория	1		

	шагами флэш-моба.				
7	Основные фигуры.	теория	1		
8	Отработка танцевальных движений.	практика	3		
9	Ознакомиться с основным шагом танца «турнидос».	теория	1		
10	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1		
11	Отработка танцевальных движений танца.	практика	3		
12	Танцы-игры.	игры	3		
13	Повторение танцев.	практика	2		
14	Основной шаг: подскок с выбросом ноги. Роки-н-ролл.	практика	1		
15	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1		
16	Отработка танцевальных движений танца.	практика	4		
17	Подготовка к концерту 8 марта.	практика	2		
18	Танец «Хип-хоп».	практика	1		
19	Подготовка к отчетному концерту.	практика	1		
20	Отчетный концерт.	практика	1		
		Всего	34		
7 класс					
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1		Участие в концертах

3	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «Па-де-спанья».	практика	5		гимназии.	
4	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Русский лирический».	практика	5			
5	Партерная гимнастика.	практика	1			
6	Повторение танцев: «па-де-спанья», «русский лирический».	практика	1			
7	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Полька-шотландка».	теория	5			
8	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Полонез».	практика	7			
9	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения современной композиции.	практика	5			
11	Подготовка к отчетному концерту.	практика	3			
12	Отчетный концерт.	практика	1			
		Всего	34			
8класс						
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1			Участие в концертах гимназии.

2	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «фигурный вальс».	практика	5	
3	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «танго»	практика	5	
4	Партерная гимнастика.	практика	1	
5	Повторение танцев: «фигурный вальс», «танго».	практика	1	
6	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «ча-ча-ча».	практика	5	
7	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «джайв».	практика	6	
8	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «полонез».	практика	3	
9	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «вальс-мазурка».	практика	3	
10	Подготовка к отчетному концерту.	практика	3	
11	Отчетный концерт.	практика	1	
		Всего	34	
9класс				

					Участие в концертах гимназии.
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1		
2	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «фигурный вальс».	практика	9		
3	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Турнидос».	практика	9		
4	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Танго вдвоём» (круговое танго).	практика	9		
5	Подготовка к отчетному концерту.	практика	5		
6	Отчетный концерт.	практика	1		
		Всего	34		

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- Компьютер;
- музыкальная фонотека
- CD– диски;
- костюмы, декорации

Список литературы

Для педагога:

1. А. Степанова «Сюжетные танцы» государственное издательство «Искусство» - М.: 2004г.
2. В. Швец «Танец живота. Я всё могу!» - М.: ОЛМА ПРЕСС Инвест, 2014 г.
3. З.П. Резникова «Встаньте, дети, встаньте в круг...», издательство «Советская Россия», - М.: 2013 г.
4. З.Я. Роот «Танцевальный калейдоскоп» - М.: «АРКТИ» 2015 г.
5. К. Силаева «Школа танца для юных» - М.: ЭКСМО Санкт Петербург издательство «Теория» 2013 г.
6. Л.Смит «Танцы. Начальный курс» - М.: издательство «АСТРЕЛЬ» АСТ 2012 г.
7. О.В. Иванникова «Классические танцы» Государственное издательство «Искусство» - М.: 2011 г.
8. Т. Устинова «Современность в танце» издательство «Искусство» - М.: 1998 г.

Для обучающихся:

1. А. Степанова «Сюжетные танцы для младшего возраста» издательство «Искусство» - М.: 2008г.
2. В. Швец «Танец живота. Я всё могу!» детская литература - М.: ОЛМА ПРЕСС Инвест, 2012 г.
- 3 Л.Смит «Танцевальная азбука» - М.: издательство «АСТРЕЛЬ» АСТ 2013 г.