


МБОУ «Лицей №23» г. Кемерово

«Рассмотрено»

Ведущий специалист НМЛ



/Шабарова Н.Н./

Протокол заседания НМЛ № 148 от

«28» августа 2018г.

«Утверждено»

Директор МБОУ «Лицей № 23»



/Козырева Л.В./

Приказ № 285 от «01» сентября 2018г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Мир танца»

1-4 КЛАСС

Авторы-составители:

Кальченко А.А.

МБОУ «Лицей № 23»

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности	3
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности	6
3. Тематическое планирование	11

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

1.1. Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил

поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

12) 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.

1.2. Метапредметные результаты:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в

группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

9) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

10) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

11) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;

12) анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

13) видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в действиях человека;

14) управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

1.3 Предметные результаты

1) достижение музыкальности и выразительности, правдивости и искренности в передаче танцевального образа, сдержанности, благородство манеры исполнения, свойственное советской хореографической школе;

2) осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, отражающему чувства и мысли, национальную специфику и социальный характер;

3) понимание единства формы и содержания в танце;

понимание выразительности отдельных элементов танца и музыки в передаче определенного содержания;

4) эмоциональное восприятие хореографического искусства; способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение.

5) выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1 класс (первый год обучения) – 33 часа

Музыкально-ритмические и ритмопластические навыки

Раздел 1. Ритмика (8 часов)

Музыка и движения. Темп. Характер музыкального произведения. Контрастная музыка (быстрая-медленная, весёлая-грустная). Музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4. Тактирование. Выделение сильной доли такта. Музыкальная фраза.

Подбор различных видов движения (шаги, бег, прыжки, повороты и др.), соответствующих характеру музыки. Выделение сильной доли такта хлопком, притопом. Отработка на ходьбе и беге начала и окончания музыкальной фразы в такт музыки.

Пространственная ориентация. Шеренга. Колонна. Правила построения и перестроения по два, по четыре. Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно. Круг. Принцип дробления и собирания круга. Линия танца. Нумерация точек зала. Повороты на месте на 1/4 и 1/2 круга.

Раздел 2. Азбука хореографии (5 часов)

Правила постановки корпуса. Положение стопы и подъёма. Выворотность. Позиции ног (6, 1,2,3). Позиции (1,2,3) и положения рук.

Разучивание и отработка элементов танцевальной разминки. Полуприседание по 1,2,3 позициям. Выдвижение ноги вперёд и в сторону. Наклоны вперед и в сторону. Прыжки на двух ногах по 6 и 2 (невыворотной), вытягивая колени и подъём. Подъём на полупальцы по 1,2,3 позициям (сохранение равновесия).

Раздел 3. Танцевальные движения (7 часов)

Танцевальные движения. Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и шеи. Шаги: строевой, скользящий, на носочках, приставной. Танцевальный шаг с носка. Прямой и боковой галопы. Подскоки на одной и двух ногах. Перескоки. Притопы. Кружения на переступаниях, на подскоках. Хлопки в ладоши (различные сочетания). Хлопушки по бедру.

Раздел 4. Развитие актёрского мастерства (4 часа)

Язык жестов – пантомима. Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения. Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «Солдатушки — бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик»,

«Куклы» (по выбору учителя). Инсценировка детских песен (по выбору учителя).

Раздел 5. Танцевальный репертуар (8 часов)

Полька «Четвёрки», полька с хлопками, полька парами, танцевальный этюд «Паровозики», танцевальный этюд «Первоклассница», танцевальный этюд «Весёлые ребята», танцевальные игры.

Раздел 6. Заключительное занятие (1 час)

Обобщающий урок «Музыкальные игры и танцы».

2 класс (второй год обучения) – 34 часа

Русский народный танец

Введение «Народное танцевальное творчество» (1 час)

Раздел 1. Музыкальная грамота (4 часа)

Музыкальное вступление. Вступительные и заключительные аккорды. Затактное построение мелодии. Подготовка рук на музыкальное вступление. Начало движения из-за такта.

Раздел 2. Элементы русского танца (11 часов)

Положение рук в танце (в сольном, парном, массовом).
Танцевальные движения. «Гармошечка», «Ёлочка», «Ковырялочка», «Припадания по 6 позиции на месте и в повороте», «Кружения» (девочки).
Полуприсядки и полные присядки по 6 и 1 позициям (мальчики).
Танцевальные шаги, бег. Шаг с притопом. Шаг с точкой. Переменный шаг на всю ступню. Боковой приставной шаг. Боковой шаг с выведением рабочей ноги на каблук. Бег с поджатыми ногами. Бег соскоком по 6 позиции.
Прыжки.

Раздел 3. Танцевальный и игровой репертуар (18 часов)

Хороводы. Рисунки хороводов.
Построение хороводов (по усмотрению учителя). Русский танец «Сударушка», «Вечером на лавочке», «Семечки», парный танец «Кадриль», русский танец «Валенки». Музыкальная игра «Цепочки», музыкальная игра «Тройки».

Раздел 4. Заключительное занятие. «Танцевальная мозаика» (1 час)

3 класс (третий год обучения) – 34 часа

Народный танец

Раздел 1. Экзерсис у станка (8 часов)

Введение. Станок и его назначение.

Полуприседания и полные приседания. Батман тандю. Батман тандю жете. Каблучный батман. Флик-фляк. Па тортье. Дробные выстукивания. Прыжки. Присядки и разножки с фиксацией ног на полу.

Раздел 2. Элементы русского танца (9 часов)

Ходы проходки. Проскальзывающий, шаркающий шаги. Шаг на ребро каблука. Дробная «дорожка». Па де баск (припляс). Шаг польки.

Движения русского танца. «Ковырялочка» с полуповоротом», «Моталочка», «Припадания по 3 позиции», вращения на шаге и беге (девочки), присядки, хлопушки (мальчики), простой «ключ».

Раздел 3. Азбука классического танца (6 часов)

(позиции рук, ног 1, 2, 3, 4, 5; постановка корпуса, demi – plie, batmantendus, batmantendusjetes, portdebras, grantbatmantendus, связывающие движения, группы прыжков)

Раздел 4. Танцевальный репертуар (10 часов)

Танец «Русский лирический», «Барыня», «Перепляс», «Русский медленный», «Московская кадрили», «Ромашки».

Раздел 5. Заключительное занятие. «Танцевальный марафон» (1 час)

4 класс (четвёртый год обучения)

Народный танец

Введение (1 час)

Раздел 1. Экзерсис у станка (7 часов)

Комбинирование полуприседаний и приседаний. Комбинирование батманов. Ронд де жамб партер. Подготовка к «верёвочке». Гранд батман жете. «Качалочка». «Голубец».

Раздел 2. Элементы русского танца (12 часов)

Дроби и дробные ходы. Дробный ход вперёд с проскальзывающим ударом каблочки. Дробный ход назад. Дробный «ключ». Дробь в такт. Дробь из-за такта. Комбинированные дроби.

Движение русского танца. «Верёвочка». Вращение на прыжках (девочки). «Мельница». «Ползунок». «Подсечка» (мальчики).

Раздел 3. Азбука классического танца (6 часов) (позиции рук, ног 1, 2, 3, 4, 5; постановка корпуса, *demi – plie*, *batmantendus*, *batmantendusjetes*, *portdebras*, *grantbatmantendus*, связывающие движения, группы прыжков)

Раздел 4. Знакомство с народным танцем (7 часов)

Из истории народного танца.

Украинский народный танец (позиции положения рук, ног; положения рук в парном танце; притопы, «вихлясник», «дорожка простая, плетёнка».)

Цыганский народный танец (основные положения корпуса, рук, ног; мелкие скользящие шаги подряд на вытянутых ногах, переменный шаг, ход назад с открыванием ноги вперёд, шаг в сторону.)

Испанский народный танец (основные положения корпуса, ног, рук; основные элементы испанского танца «Арагонская хота»)

Молдавский народный танец (положение корпуса, рук, ног; основные шаги, движения в танце)

Венгерский народный танец (основные положения корпуса, ног, рук; основные шаги. Движения, «ключи»)

Раздел 5. Заключительное занятие «Класс-концерт» (1 час)

Программа предполагает создание для учащихся комфортной среды в которой они чувствуют себя уверенно и свободно. Этому должен способствовать комплекс методов, форм и средств образовательного процесса.

Занятия должны быть разнообразными как по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), так и по набору применяемых методов:

- беседа в виде вопросов и ответов;
- прослушивание музыки и разбор её;

- наблюдение учащихся за объяснением и показом педагога;
- разучивание и повторение движений, танцев.

В ходе реализации программы уместно использовать следующие приемы:

- словесные (рассказ, беседа);
- наглядные (видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов, фотографии, буклеты;
- практические (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Методические приемы активного обучения позволяют разнообразить учебную деятельность, реализовать личностно- ориентированный подход в обучении.

Формирование знаний осуществляется исследовательским методом, который заключается в сочетании наглядности, осмыслении, творческим поиском учащихся.

Уместно использование следующих форм организации учебного процесса:

- учебное занятие;
- занятие наблюдение;
- практические занятия;
- конкурсы и развлекательные программы;
- концертная деятельность.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	<u>Первый год обучения</u> <u>(1 класс)</u>	33 часа		
	Музыкально-ритмические и ритмопластические навыки			
1.1.	Раздел 1. Ритмика	8 часо в		
1.1.1	<i>Музыка и движения. Темп. Характер музыкального произведения. Контрастная музыка (быстрая-медленная, весёлая-грустная). Музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4. Тактирование. Выделение сильной доли такта. Музыкальная фраза</i>		1 час	2 часа
	Подбор различных видов движения (шаги, бег, прыжки, повороты и др.), соответствующих характеру музыки. Выделение сильной доли такта хлопком, притопом. Отработка на ходьбе и беге начала и окончания музыкальной фразы в			2 часа

	такт музыки			
1.1.2	<i>Пространственная ориентация.</i> Шеренга. Колонна. Правила построения и перестроения по два, по четыре. Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно. Круг. Принцип дробления и собирания круга. Линия танца. Нумерация точек зала. Повороты на месте на 1/4 и 1/2 круга			3 часа
1.2.	Раздел 2. Азбука хореографии	5 часов		
	<i>Правила постановки корпуса.</i> Положение стопы и подъёма. Выворотность. Позиции ног (6, 1,2,3). Позиции (1,2,3) и положения рук.		1 час	1 час
1.2.1	<i>Разучивание и отработка элементов танцевальной разминки.</i> Полуприседание по 1,2,3 позициям. Выдвижение ноги вперёд и в сторону. Наклоны вперед и в сторону. Прыжки на двух ногах по 6 и 2 (невыворотной), вытягивая колени и подъём. Подъём на полупальцы по 1,2,3 позициям (сохранение равновесия)		1 час	2 часа
1.3.	Раздел 3. Танцевальные движения	7 часов		
1.3.1	<i>Танцевальные движения.</i> Упражнения для развития гибкости рук, плечевого			7 часов

	пояса и шеи. Шаги: строевой, скользящий, на носочках, приставной. Танцевальный шаг с носка. Прямой и боковой галопы. Подскоки на одной и двух ногах. Перескоки. Притопы. Кружения на переступаниях, на подскоках. Хлопки в ладоши (различные сочетания). Хлопушки по бедру			
1.4.	Раздел 4. Развитие актёрского мастерства	4 часа		
	<i>Язык жестов — пантомима.</i> Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения		0,5 часа	
1.4.1	Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «Солдатушки — бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик», «Куклы» (по выбору учителя). Инсценировка детских песен (по выбору учителя)			3,5 часа
1.5.	Раздел 5. Танцевальный репертуар	8 часов		
1.5.1	Полька «Четвёрки»			1 час
5.1.2	Полька с хлопками			1 час

5.1.3 .	Полька парами			1 час
5.1.4 .	Танцевальный этюд «Паровозики»			1 час
5.1.5 .	Танцевальный этюд «Первоклассница»			1 час
5.1.6 .	Танцевальный этюд «Весёлые ребята»			1 час
5.1.7 .	Танцевальный игры			2 час
1.6	Раздел 6. Заключительное занятие	1 час		
1.6.1 .	Обобщающее занятие «Музыкальные игры и танцы»			1 час
	<u>Второй год обучения</u> <u>(2 класс)</u> Русский народный танец	34 час		
	Введение «Народное танцевальное творчество»		1 час	
1.1.	Раздел 1. Музыкальная грамота	3 часа		
1.1.1 .	Музыкальное вступление. Вступительные и заключительные аккорды. Затактное построение мелодии		1 час	

1.1.2 .	Подготовка рук на музыкальное вступление. Начало движения из-за такта			2 часа
1.2.	Раздел 2.Элементы русского танца	11 часов		
1.2.1 .	Положение рук в танце (в сольном, парном, массовом)		1 час	1 час
1.2.2 .	<i>Танцевальные движения.</i> «Гармошечка», «Ёлочка», «Ковырялочка», «Припадания по 6 позиции на месте и в повороте», «Кружения» (девочки). Полуприсядки и полные присядки по 6 и 1 позициям (мальчики)			5 часа
1.2.3 .	<i>Танцевальные шаги, бег.</i> Шаг с притопом. Шаг с точкой. Переменный шаг на всю ступню. Боковой приставной шаг. Боковой шаг с выведением рабочей ноги на каблук. Бег с поджатыми ногами. Бег соскоком по 6 позиции. Прыжки			4 часа
1.3.	Раздел 3.Танцевальный и игровой репертуар	18 часов		
	<i>Хороводы.</i> Рисунки хороводов		2 час	
1.3.1 .	<i>Построение хороводов</i> (по усмотрению учителя)			2 часа
1.3.2 .	Хоровод «Сударушка»			3 часа

1.3.3 .	Русский танец «Вечером на лавочке»			2 часа
1.3.4 .	Русский танец «Семечки»			2 часа
1.3.5 .	Парный танец «Кадриль»			2 часа
1.3.6 .	Русский танец «Валенки»			2 часа
1.3.7 .	Музыкальная игра «Цепочки»			1 часа
1.3.8	Музыкальная игра «Тройки»			1 часа
1.4.	Раздел 4. Заключительное занятие. «Танцевальная мозаика»	1 час		1 час
	<u>Третий год обучения</u> (3 класс) Народный танец	34 часа		
1.1.	Раздел 1.Экзерсис у станка	8 часо в		
	Введение. Станок и его назначение		1 час	
1.1.1 .	Полуприседания и полные приседания. Батман тандю. Батман тандю жете. Каблучный батман. Флик-фляк. Па тортье. Дробные выстукивания. Прыжки. Присядки и разножки с фиксацией ног на			7 часов

	полу			
1.2.	Раздел 2.Элементы русского танца	9 часов		
	<i>Ходы проходки. Проскальзывающий, шаркающий шаги. Шаг на ребро каблука. Дробная «дорожка». Па де баск (припляс). Шаг польки.</i>			2 часа
	<i>Движения русского танца.«Ковырялочка» с полуповоротом», «Моталочка», «Припадания по 3 позиции», вращения на шаге и беге (девочки), присядки, хлопущки (мальчики), простой «ключ»</i>			7 часов
1.3.	Раздел 3. Азбука классического танца	6 часов		
1.3.1	Элементы классического танца		1 час	5 часов
1.4.	Раздел 4. Танцевальный репертуар	10 часов		
1.3.1	Танец «Русский лирический»			3 часа
1.3.2	Танец «Барыня»			3 часа
1.3.3	Танец «Перепляс»			2 часа
1.3.4	Танец «Московская кадрили»			2 часа

1.5.	Раздел 5. Заключительное занятие. «Танцевальный марафон»	1 час		
	<u>Четвёртый год</u> (4 класс) Народный танец	34 часа		
	Введение. Танцуем русскую кадрили	1 час	0,5 часа	
1.1.	Раздел 1. Экзерсис у станка	7 часов		
1.1.1.	Комбинирование полуприседаний и приседаний. Комбинирование батманов. Ронд де жамб партер. Подготовка к «верёвочке». Гранд батман жете. «Качалочка». «Голубец»			7 часов
1.2.	Раздел 2. Элементы русского танца.	12 часов		
1.2.1.	<i>Дроби и дробные ходы.</i> Дробный ход вперёд с проскальзывающим ударом каблучка. Дробный ход назад. Дробный «ключ». Дробь в такт. Дробь из-за такта. Комбинированные дроби		1 час	5 часов
1.2.2.	<i>Движение русского танца.</i> «Верёвочка». Вращение на прыжках (девочки). «Мельница». «Ползунок». «Подсечка» (мальчики)			6 часов

1.3.	Раздел 3. Азбука классического танца	6 часов		
1.3.1	Элементы классического танца		1 час	5 часов
1.4.	Раздел 4. Знакомство с народным танцем	7 часов		
1.4.1	Из истории народного танца		0,5 часа	
1.4.1	Украинский народный танец			1 час
1.4.2	Цыганский народный танец			2 час
1.4.3	Испанский народный танец			2 час
1.4.4	Молдавский народный танец			1 час
1.4.5	Венгерский народный танец			1 час
1.5.	Раздел 6. Заключительное занятие «Класс-концерт»	1 час		1 час