

Администрация муниципального района
«Усть-Цилемский» Республики Коми
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Синегорская средняя общеобразовательная школа».

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
Протокол № 01
от 31.08.2022 г.



Рабочая программа курса
внеурочной деятельности
«Азбука танца»

Направленность: общекультурная
Возраст детей: 7 – 12 лет
Срок реализации: 3 года

Составитель: Дуркина М.А.,
учитель начальных классов

п.г. Синегорье
2022г.

Пояснительная записка

«Для меня узнать народ, значит узнать его танец, рожденный выдумкой, изобретательностью, воображением, разумом народа»

Махмуд Эсамбаев

Проблема построения модели образовательного процесса на основе многовековых традиций русского народа, его богатейшего культурного наследия, в частности, народной танцевальной

Входя в мир народной музыки и танцев, ребёнок подсознательно ощутит в себе «зов предков». Характерные для русской народной культуры звуки, тембры, орнаменты, движения, мелодии «пронизывают его насквозь». Ребёнок осознаёт себя неотъемлемой частью своего общества, своей культуры. Доступность народных танцев, привлекательность и лёгкость движений принесут детям радость, создадут предпосылки для дальнейших занятий музыкой и танцами, сформируют интерес к познанию мира танца в разных его проявлениях.

Курс введен в часть плана внеурочной деятельности, формируемого школой в рамках художественно-эстетического направления в форме кружка.

Программа данного курса предназначена для учащихся 1-4 классов и рассчитана на 3 года обучения, по 33 часа (1 час в неделю).

Цель программы: формирование духовно – нравственной личности ребёнка средствами хореографического искусства, на основе традиционных ценностей отечественной культуры.

В соответствии с данной целью выдвинуты следующие **задачи:**

Образовательные:

- обучение детей танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве;

Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения и фантазии;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце;

Воспитательные:

- развитие у детей активности и самостоятельности;
- формирование общей культуры личности ребенка;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех;
- привлечение детей к изучению танцевальных традиций;

Направления работы:

- Знакомство с русскими народными танцами.
- Самостоятельное исполнение танцевальных миниатюр, композиций и инсценировок.
- Развитие творческих способностей.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Личностные результаты:

У учащегося будут сформированы:

- Сформированная самооценка, включая осознание способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- умение видеть свои достоинства и недостатки,
- уважать себя и верить в успех,
- проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность.

У обучающегося могут быть сформированы:

- возможность и желание создать неповторяемый сценический образ
- Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преобразаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- уметь действовать по плану и планировать свою деятельность.

Обучающийся получит возможность научиться:

- воплощать музыкальные образы при разучивании и исполнении танцевальных движений.

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Обучающийся получит возможность научиться:

- уметь контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участвовать в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;
- Оценивать свои возможности;
- Способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- уметь видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех.

Обучающийся получит возможность научиться:

- проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ.

Предметные результаты:

Обучающийся научится:

- Использовать элементарные умения и навыки при воплощении художественно-образного содержания танцевальных хореографической и учебно-творческой деятельности;
- готовности применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- участвовать в создании театрализованных композиций, импровизаций, театральных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

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

Программа состоит из следующих разделов:

- 1 Упражнения на ориентировку в пространстве
- 2 Ритмико-гимнастические упражнения
- 3 Игры под музыку
- 4 Танцевальные упражнения
- 5 Танец

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны УУД, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико - гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок». В 4 классе дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».

Обучению младших школьников ритмике и танцу предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а

топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. В ходе изучения основных движений танцев, учащиеся расширяют свой кругозор по определению танцевальных жанров.

В раздел танец входят постановки танцев.

Вводное занятие.

Знакомство с воспитанниками. Правила поведения на занятиях. Одежда для занятий. беседа "Что такое ритмика, танец? Его истоки и развитие во времени. Игра "Давайте познакомимся"

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

2. Ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. Игры под музыку.

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.

Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.

Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

4. Танцевальные упражнения.

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне,

подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками

5.Танец.

Танцевальная зарядка «Солнышко лучистое», групповой танец «Бабушки-старушки», тренировочный танец «Разные мамы», парные танцы «Полька», «Три белых коня», «Морячка».

Исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Формы и методы занятий:

Основной формой работы в кружке является групповое занятие по расписанию. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Программа рассчитана на 33 занятия в год. Всего 99 ч. Продолжительность занятий 35 – 40 минут. Расширяя кругозор детей, знания о русском фольклоре и в целом о русской народной и классической культуре использую такие формы:

Методы работы:

- Объяснительно – иллюстративный
- (показ элементов, объяснение, использование фольклора).
- Репродуктивный
- (разучивание, закрепление материала).
- Исследовательский
- (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).
- Метод побуждения к сопереживанию
- (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).
- Метод поисковых ситуаций
- (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной образовательной программы являются:

- праздничные выступления
- отчётные концерты; участие в смотрах, конкурсах.

Тематическое планирование.

№	Тема	Кол-во учебных часов		
		теория	практика	всего
1 класс				
1	Водное занятие. Техника безопасности	1	-	1
2	Танцевальные шаги	2	10	12
3	Ритмические упражнения	2	12	14
4	Постановка номеров	2	4	6
2 класс				
1	Водное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	-	1
2	Ритмика. Азбука музыкальных	1	10	11

	движений.			
3	Постановочная работа	-	14	14
4	Народно-сценический танец	-	7	7
	3 класс			
1	Водное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	-	1
2	Театрализация и танец.	1	9	10
3	Элементы современного танца.	1	15	16
4	Постановка номеров	-	6	6

Список литературы

1. Лисицкая Т.С. Хореография и танец [текст] /Т.С.Лисицкая. - М, 1998.-с.18-42.
 2. Организация дополнительного образования в школе: планирование, программы, разработки занятий/авт.-сост. Н.А.Белибихина, Л.А.Королева. - Волгоград: Учитель, 2009. -с.35-46.
- Детский музыкальный театр: программы, разработки занятий, рекомендации /авт.-сост. Е.Х.Афанасенко и др. - Волгоград: Учитель, 2009. - с