

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
«ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ  
№ 1288 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Н.В. ТРОЯН»  
(ГБОУ ШКОЛА № 1288)

Хорошевское шоссе, д.3, Москва, 123007

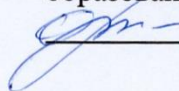
Телефон: (495) 941-29-22, (495) 945-72-95, факс: (495) 941-29-22

E-mail: 1288@edu.mos.ru

ОКПО 14174287, ОГРН 1127747146361, ИНН/КПП 7714890087/771401001

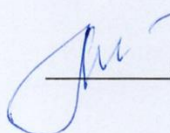
«Рассмотрено»

Методист по  
дополнительному  
образованию

 /Одаренко Л.В./

«Согласовано»

Заместитель директора  
ГБОУ Школа № 1288

 /Лебедева С.Е./

«Утверждаю»

Директор  
ГБОУ Школа № 1288



 /Мартынова Е.В./

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Направленность: Художественная

Название: «В мире танца»

Уровень: Ознакомительный

Срок реализации: 1 учебный год

Количество часов обучения: 76 часов

Возраст учащихся: 3-4 класс

Программу составил (а)  
педагог дополнительного образования  
Наумова Л.С.

город Москва  
2016 год

### ***Цель рабочей программы «В мире танца» и ее задачи.***

**Цель программы** - является создание условий для проявления и развития ребенком своих интересов на основе свободного выбора, постижения духовно-нравственных ценностей и культурных традиций, посредством освоения двигательной деятельности.

**Задачи программы** - привить интерес и любовь к хореографическому искусству;

- дать знания основ детского, историко-бытового, народного и характерного танца, ритмической гимнастики, музыкальной грамоты;

- познакомить с историей танца, с творчеством талантливых исполнителей;

- учить фантазировать и творить посредством пластического искусства;

- выработать осанку, красивую походку, выразительность движений;

- развить чувство ритма и гармонии.

-укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма

-совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям

-Развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора

-совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям

-Формирование выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

I.

### ***3. Основные принципы реализации.***

Данная Программа разработана в соответствии с требованиями современной дидактики и предполагает особое содержание, кроме того она имеет одну важную особенность: она позволяет реализовать педагогическую идею формирования у школьников умения учиться - самостоятельно добывать и систематизировать новые знания.

В этом качестве программа обеспечивает реализацию следующих принципов:

**-принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

**-принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные)

**-принцип доступности**, который требует, чтобы перед обучающимся ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающихся, их возможностей в освоении конкретных элементов.

**-принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся.

I.

#### 4. **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.**

На занятиях ритмикой особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Танец решает те же задачи эстетического развития и воспитания что и музыка. В музыке заложены содержание и характер любого танцевального произведения. Не может быть танца без музыки, без ритма. Обучение искусству танца происходит параллельно с музыкальным воспитанием: дети учатся понимать, слушать и слышать музыку, органически сливать в единое целое движение и музыку.

Эта программа является модифицированной, она рассчитана на физическое, эмоциональное и нравственное развитие и совершенствование детей. Программа нацелена на личностное развитие ребенка.

I.

#### 5. **Сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на 1 год обучения (как внеурочное занятие).

I.

#### 6. **Вариативность программы.**

**Особенностью программы является её вариативность. Учитель вправе - выбирать или менять предложенное программой содержание, исходя из поставленной цели обучения и протроенных задач**

**- сам решать, какое количество часов отводить на изучение каждой из запланированных тем в рамках обучения**

**- сам увеличивать или уменьшать количество предложенных учащимся для выполнения в течение учебного года учебных проектов (индивидуальных, коллективных или групповых)**

I.

#### 7. **Формы и методы проведения занятий,**

**использование эффективных и передовых технологий и дидактических средств.**

**Формы** организации внеурочных занятий: презентации, индивидуальная, групповая, коллективная деятельность.

В процессе обучения используются следующие **методы** организации внеурочной деятельности:

*-Ознакомление* - создание общего предварительного представления, об элементе, которое лежит в основе сознательного освоения любого двигательного действия. В результате первичных сведений о новом элементе (форме, амплитуде, направлении приложения усилия, позиции) и двигательного навыка, накопленного в памяти обучающегося, устанавливаются общие связи, обеспечивающие построение исходной программы предстоящих двигательных действий.

*-разучивание, закрепление навыка* - непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совместной работы учителя и обучающегося уточняются представления о динамике движения, осуществляется закрепление двигательного навыка, осуществляется связь с предыдущими изученными движениями.

*-совершенствование техники* - на данном этапе осуществляется твердое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре.

Применение таких методов, технологий и дидактических средств опирается на инициативность, самостоятельность, активность учащихся в ходе занятия ритмикой. При этом задача учителя сводится к тому, чтобы создать условия для их инициативы. Чтобы ребенок был инициативен, учитель должен отказаться от роли «носителя информации» и роли арбитра.

**При таком обучении учитель выступает как помощник, сопровождающий собственный поиск учащихся.**

На разных этапах занятия учитель выступает в различных ролевых позициях:

*-фасилитатор* - консультант. Побуждает к самостоятельному поиску задач и их решений. Владеет способами задавать вопросы. При этом создает атмосферу безопасного выражения учениками своего мнения.

*-координатор*. Помогает отслеживать движение поиска, связывая или противопоставляя отдельные высказывания, а также выполняет отдельные функции, например, очередность высказывания.

Все выше названные позиции **учитель** может выстраивать при условии владения им соответствующими средствами (и только тогда он сможет научить этому учащихся):

**-эмоциональные позиции -игровые позиции**

**- рефлексивные позиции**

### *1.9. Формы оценки результатов.*

- Показательные выступления.
- Открытые занятия, открытый урок.
- Концерты.

## **2.1.Личностные результаты и метапредметные результаты.**

### **Личностные**

### **Метапредметные**

### **Предметные**

- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;
  - правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.
  - правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.
  - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.
  - соблюдать правила поведения в танцевальном классе и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
  - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.
  - знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.
  - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.
  - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей
  - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
  - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- полученные сведения о многообразии танцевального искусства
- красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения.

способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья

- - необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;

танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты.

- работать с танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, гармошечка, ёлочка;

- - импровизировать;
  - работать в группе, в коллективе.
  - выступать перед публикой, зрителями.

- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект

-иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выразить себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

## **2.2. Уровни воспитательных результатов.**

### **Проектная деятельность**

#### **Воспитательные результаты**

Приобретение школьником социальных знаний

(1 уровень)

Формирование ценностного отношения к социальной реальности

(2 уровень)

Получение опыта самостоятельного общественного действия

(3 уровень)

Воспитание художественно-творческого потенциала личности ребенка путем совершенствования его танцевальных и музыкальных способностей в процессе саморазвития.

-первоначальные знания, умения и навыки, необходимые в художественно-творческой деятельности;

- первоначальные навыки творческого сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
- первоначальный опыт организации самостоятельной творческой деятельности;
- первоначальный опыт участия в коллективных мероприятиях (умения выражать себя в различных доступных для ребёнка видах творческой деятельности)
- мотивация к самореализации в самостоятельном творческом поиске; - личный опыт участия в художественных, оздоровительных и социально- образовательных проектах школьников в окружающем школу социуме.

### ***3. Содержание программы внеурочной деятельности - «В мире танца».***

#### **1. Упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы.**

Изучаются следующие разделы:

1. Осанка и ось корпуса.
2. Пояснично-крестцовый пояс.
3. Плечевой и грудной пояса.
4. Руки.
5. Стопы.
6. Releve (подъём на полупальцы) по VI позиции ног.

#### **2. Танцевальные элементы.**

- поклоны девочек и мальчиков;
- шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках;
- подскоки вперёд и назад;
- подскоки в комбинации с галопом;
- галоп;
- притоп;
- лёгкий бег вперёд и назад, в повороте (в различных комбинациях с другими движениями).

#### **3. Прыжки.**

- прыжки по VI позиции;
- прыжки с отрыванием вытянутых ног в стороны (разножка);

- прыжки на одну ногу по VI позиции (нога сгибается в колене вперёд, носок вытянут);
- лёгкие прыжки по I позиции с отрыванием ноги вперёд (колено вытянуто), на месте и с продвижением вперёд.

#### **4. Упражнения на ориентацию в пространстве.**

- различие правой и левой руки, ноги, плеча;
- повороты вправо, влево;
- построения по линиям;
- построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах;
- перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- круг, сужение и расширение круга;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг;
- «воротца».

**5. «Творческая деятельность»** . Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побывать» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.



### Наименование (разделов, модулей) темы

1. «Упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы.» (По методике Э.Н.Певхенен)
2. «Танцевальные элементы.»
3. «Прыжки.»
4. «Упражнения на ориентацию в пространстве.»
5. «Творческая деятельность»

### **3.2. Тематическое планирование с определением**

**основных видов деятельности обучающихся начального образования.**

**«Упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы.» (10 часов)**

1. Техника безопасности. Знакомство с танцевальным пространством.
2. Игровые задания для постановки корпуса, рук, ног и головы.
3. Упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы
4. Введение. Что такое танец?
5. Упражнения для постановки осанки и оси корпуса.
6. Повторение. Упражнения для постановки осанки и оси корпуса.
7. Упражнения для постановки пояснично-крестцового пояса.
8. Игровое занятие "Потанцуй со мной"
9. Упражнения для постановки плечевого и грудного пояса.
10. Закрепление. Упражнения для постановки плечевого и грудного пояса.
11. Упражнения для постановки рук.
12. Разучивание постановки рук в танце.
13. Упражнения для постановка стоп.
14. Игровые задания для постановка стоп.
15. Разучивание и исполнение танцевальных шагов
16. Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.
17. Развитие умения быстро менять направление и характер движения.
18. Такт и ритм.
19. Танцевальный элемент «Марш».
20. Перестроения. «Линии».
21. Перестроение в танце.
22. Упражнения на середине зала.
23. Танцевальные связки на середине зала.
24. Танцевальные элементы.
25. Импровизация танцевальных элементов
26. Разучивание поклонов для девочек и мальчиков
27. Изучение поклонов.Исполнение различных мелодий.
28. ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп)
29. Игровое занятие «Повтори ритм».
30. Ритмический рисунок мелодии.
31. Изучение шагов.
32. Разучивание шагов: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках.
33. Разучивание подскоков вперёд и назад.
34. Игровое занятие «Ритмическая игра».
35. Разучивание подскоков в комбинации с галопом.

36. Закрепление. Разучивание подскоков в комбинации с галопом.
37. Развитие плавности и мягкости движений под музыку.
38. Игровое занятие на точность и ловкость движений.
39. Парное исполнение танцевальных элементов.
40. Правильное дыхание. (при выполнении движений).
41. Разучивание галопа и притопа.
42. Тренировка навыков быстро менять направление и характер движения.
43. Разучивание лёгкого бега вперёд и назад, в повороте (в различных комбинациях с другими движениями).
44. Игровое занятие «Кручу, верчу, запутать хочу»
45. Работа в паре.
46. Разучивание прыжков по VI позиции.
47. Игровое занятие «Мир танцует» (определить танцы: бальные, народные)
48. Подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций
49. Закрепление танцевальных элементов.
50. Разучивание прыжков отрыванием вытянутых ног в стороны (разножка).
51. Разучивание прыжков на одну ногу по VI позиции.
52. Прыжки с подскоком.
53. Разучивание лёгких прыжков по I позиции с отрыванием ноги вперёд, на месте и с продвижением вперёд.
54. Прыжки по I позиции.
55. Упражнения на ориентацию в пространстве.
56. Игровое занятие «Потанцуй со мной»
57. Разучивание различия правой и левой руки, ноги, плеча.
58. Простейшие фигуры в танцах.
59. Исполнение танцевальных этюдов.
60. Исполнение движений, под музыкальные композиции акцентируя ритмический рисунок и постановку корпуса.
61. Исполнение изученных движений индивидуально, и в паре.
62. Основы и позиции народного экзерсиса.
63. Коллективное исполнение и разучивание танцевальных элементов.
64. Работа по кругу и по диагонали.
65. Отработка движений по линиям.
66. Разучивание поворотов вправо, влево
67. Окончание музыкальных фраз, строение музыкальных произведений.
68. Игровое занятие «Танцуют все».
69. Разучивание построения по линиям
70. Закрепление. Построение по линиям.
71. Разучивание построения в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах.
72. Образные танцы.
73. Закрепление. Образные танцы.
74. Театрализация и танец.
75. Урок-смотр знаний.
76. Отчетное выступление.

#### **Учебно-методическое обеспечение.**

**1. Бахто С.Е. Ритмика и танец. Программа для хореографических отделений школы искусств. – М., 2011г.**

2. Дербина М.П. Образовательная программа творческого объединения «Терпсихора» // Образовательные программы для учреждений дополнительного образования детей г. Челябинска.
3. Ивлева Л.Д. «Джазовый танец». Методическое пособие по современной хореографии. Челябинск, 2012г.
4. Конорова Е.В. Ритмика. Методическое пособие. Вып.1. -Музыка, 2011г.
5. Кузнецова М.В. Образовательная программа «Танец – часть духовной культуры народов» // Дополнительное образование в образовательном учреждении (Методические рекомендации). Челябинск, 2013г.
6. Певхенен Э.Н. Классический танец. Методическая разработка для преподавателей хореографии ДШИ (начальное обучение) 7. Челябинск, 2011г
8. *Дополнительной* общеобразовательной программы: «В мире танца» для детей от 5-18 лет МБОУ Наримановского района «СОШ №7». Автор педагог дополнительного образования Шапаева Л.К.

*Электронные ресурсы.*

1.<http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/programma-fgos-ritmika-dlya-uchashchih-sya-1-h-klassov-na>

2.[http://easyen.ru/load/nachalnykh-rabochie\\_programmy/rabochaja\\_programma\\_po\\_ritmike\\_v\\_sootvetstvi\\_s\\_fgos\\_3\\_klass/458-1-0-7812](http://easyen.ru/load/nachalnykh-rabochie_programmy/rabochaja_programma_po_ritmike_v_sootvetstvi_s_fgos_3_klass/458-1-0-7812)

3.[http://pedsovet.org/component/option,com\\_mtree/task,viewlink/link\\_id,75312/Itemid,118/](http://pedsovet.org/component/option,com_mtree/task,viewlink/link_id,75312/Itemid,118/)