

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МОРСКОЙ ЛИЦЕЙ ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО на заседании методического объединения протокол от 30.08.2024 г. № 1	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора Литвих Т.П. 30.08.2024 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ «МЛ Г.О. МАРИУПОЛЬ» В.С. Мирошниченко приказ от 30.08.2024 г. № 70
---	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Студия танца»
для обучающихся 10-11 классов

г.о. Мариуполь

1. Пояснительная записка

Место рабочей программы и её роль в системе обучения, развития и воспитания лицеистов и ее актуальность.

Рабочая программа курса «Студия танца» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 10-11 классы: программа «Хореография и ритмика» 10-11 классы Щербаковой Н.Н., программа «Хореография» 10-11 классы Пантелеевой. Курс введен в часть внеурочной деятельности в рамках культурологического направления.

Актуальность данного курса состоит в том, что в процессе учебных занятий у лицеистов происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой и танцем увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой 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. Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Курс внеурочной деятельности «Студия танца» предназначен на работу с детьми 10 - 11 класса. Он посвящён процессу овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением.

В соответствии с учебным планом ГБОУ «МЛ Г.О.МАРИУПОЛЬ» в 10 - 11 классе на внеурочную деятельность по курсу «Студия танца», отводится 34 часа (из расчета 0,5 час в неделю)

2. Цель рабочей программы и ее задачи.

Цель программы - формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи программы:

- Укрепление здоровья лицеистов 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

- Формирование общих представлений о культуре движений
- Формирование культуры общения между собой и окружающими
- Воспитание организованной, гармонически развитой личности.
- Развитие основы музыкальной культуры
- Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях.
- Развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности,
- Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

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.

4. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.

На занятиях курса внеурочной деятельности «Студия танца» 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 лицеиста.

5. Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 2 год обучения (как внеурочное занятие).

Вариативность программы.

Особенностью Программы является её вариативность. Учитель вправе - выбирать или менять предложенное Программой содержание, исходя из поставленной цели обучения и построенных 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).

6. Формы и методы проведения занятий

Содержание программного материала, структура Программы и новые ФГОСы определяют некоторые особенности методики преподавания данного курса и кардинальные изменения в деятельности учителя, в выборе 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 вышеназванные **позиции учитель** может выстраивать при условии владения им соответствующими средствами (и только тогда он сможет научить этому учащихся):

- **эмоциональные позиции** (позиции непонимающего, сомневающегося, внимательного слушателя);
- **игровые позиции** (герой - вдохновитель, заказчик, спорщик);

Формы оценки результатов.

- Показательные выступления.
- Отслеживание развития личностных качеств ребенка проводится с помощью методов наблюдения и опроса.

Предполагаемые результаты реализации программы.

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.	- 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	- 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

- соблюдать правила поведения в танцевальном классе и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку). - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.	- 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	- 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 выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.
--	--	---

Учащиеся должны **знать/понимать:**

- Особенности своего тела, темперамента.
- Основные позиции ног, рук, головы.
- Термины классического, народного, эстрадного танцев.
- Основные шаги танца.
- Позы классического, народного и эстрадного танцев.
- Правила танцевального этикета.

Уметь:

- использовать сценическое мастерство.
- проводить танцевальную разминку.
- исполнять технику прыжков и вращений.
- выполнять упражнения для головы, корпуса и рук.
- владеют музыкально – двигательными навыками.
- осмысливать отношение к движению, подчиненному музыкальному образу.

Содержание программы внеурочной деятельности «Студия танца»

1. **«Танцевальная азбука» (10 часов).** Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.
2. **«Ритмика, элементы музыкальной грамоты» (10 часов).** Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.
3. **«Танец» (12 часов).** Этот раздел включает изучение народных плясок, современных и бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.
4. **«Творческая деятельность» (2 часа).** 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.

Тематический план

№	Наименование (разделов, модулей, тем	Всего часов
1	Танцевальная азбука	10
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	10
3	Танец	12
4	Творческая деятельность	2
		34

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- ✓ Компьютер/ноутбук
- ✓ Колонки

Учебно-методическое обеспечение

- Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». (М., 2008)
- Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
- Роот З.Я. Танцы в начальной школе Практическое пособие М., Айрис Пресс, Айрис дидактика, 2007

- Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 8-11 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
- «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова,
Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
- Учите детей танцевать. Учебно-методическое пособие. М., Владос 2002

Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Проведение инструктажа по ТБ. Разучивание разминки.	1	
2	Разминка. Подготовка ко Дню Учителя.	1	
3	Разминка. Разучивание танца "Яблочко"	1	
4	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
5	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
6	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
7	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
8	Прогон танца "Яблочко"	1	
9	Знакомство с основными элементами различных танцев. Ритмический тренаж.	1	
10	Ритмический тренаж. Современный танец.	1	
11	Разминка. Подготовка ко дню Матери.	1	
12	Ритмический тренаж. Разучивание танца "Для мамы" - вальс	1	
13	Разминка. Отработка движений.	1	
14	Ритмический тренаж. Разучивание флешмоба "Танцы мира"	1	
15	Разминка. Отработка движений.	1	

16	Прогон танца "Для мамы" и флешмоба "Танцы мира"	1	
17	Разминка. Подготовка к Новому году.	1	
18	Разминка. Отработка движений. Вальс.	1	
19	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
20	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
21	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
22	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
23	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
24	Разминка. Отработка движений. Танец «Яблочко»	1	
25	Ритмический тренаж. Разучивание танцевальных миниатюр.	1	
26	Разминка. Отработка движений.	1	
27	Прогон танцевальных миниатюр.	1	
28	Ритмический тренаж. Русский народный танец.	1	
29	Разминка. Разучивание танца "Калинка"	1	
30	Разминка. Отработка движений.	1	
31	Прогон танца "Калинка"	1	
32	Разминка. Подготовка к дню Защитника Отечества и 8 марта.	1	
33	Ритмический тренаж. Разучивание танца "Сюрприз для мальчиков", "Сюрприз для девочек"	1	
34	Разминка. Отработка движений.	1	