

Приложение к ООП ООО  
(в соответствии с обновленным ФГОС ООО)

**Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
Танцевальная студия «Радуга»**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- 1) Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 2) Приказа Минобрнауки от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта Основного общего образования».

Цель программы: формирование духовно – нравственной личности средствами хореографического искусства. Задачи курса:

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;
- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций; обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного и бального танцев, воспитать культуру движения;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально- тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

### **Общая характеристика курса внеурочной деятельности**

Среди множества форм художественно-эстетического воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место, так как обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребёнка, формирует его эстетического «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни». Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания учащихся. Получение информации о танцах разных народов и разных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой культуры. Хореографическая деятельность является хорошей школой общения. Здесь закладываются основы дружбы, взаимопонимания, взаимовыручки, ответственности, умения сочетать общественные и личные интересы, испытывать радость от коллективной деятельности.

Движение и музыка одновременно влияет на ребенка, формирует его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействует на его двигательный аппарат, развивает слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учит благородным манерам.

Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореографий воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения.

Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцевальной студии, но и в повседневной жизни.

Таким образом, хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

**Дидактические принципы:**

Сочетание эмоционального и логического – непереносимое условие ведения занятий, репетиций, постановочной работы, когда разучиваемое движение от рефлекторного подражания проходит стадии прочувствования и осознания, закрепляется в мышечном ощущении и отпечатывается в качестве стереотипа головного мозга.

Принцип доступности – распространяется на физиологический и психологический аспект подготовки ученика.

Системность преподавания – важный компонент педагогического процесса при использовании в методике разнообразных форм работы с детьми; реализуется на основных этапах передачи знаний, развития умений и навыков.

Принцип последовательности – заключается в использовании предыдущего двигательного опыта, как отправного момента для изучения нового материала.

Методы обучения: наглядный метод практического показа (наглядно-зрительные и наглядно-слуховой); метод повторения; метод музыкального обобщения – направлен на развитие осознанного отношения учащихся к танцевальному искусству, формирование музыкального мышления через активизацию жизненного и музыкального опыта детей к знакомству с новыми знаниями и их закреплению в различных видах деятельности; метод эмоциональной драматургии.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты:**

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование ценностей многонационального российского общества, становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии народов, культур и религий;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности

- обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; овладение элементами организации физического труда;
- формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов;
  - самооценка умственных и физических способностей при трудовой деятельности в различных сферах с позиций будущей социализации и стратификации;
  - развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности; выражение желания учиться для удовлетворения перспективных потребностей;
  - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; умение общаться при коллективном выполнении работ или проектов с учетом общности интересов и возможностей членов трудового коллектива;
  - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
  - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
  - формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления;
  - развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера; формирование индивидуально-личностных позиций учащихся;
  - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### **Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- определение адекватных имеющимся организационным и материально-техническим условиям способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ по созданию продуктов;
- осознанное использование художественных средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирование и регуляция своей деятельности;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных);
- организация учебного сотрудничества и совместной деятельности с учителем и сверстниками; согласование и координация совместной познавательно-трудовой деятельности с другими ее участниками; объективное оценивание вклада своей

- познавательно-трудовой деятельности в решение общих задач коллектива;
- оценивание правильности выполнения учебной задачи, собственных возможностей её решения;
  - соблюдение норм и правил безопасности познавательно-трудовой деятельности и созидательного труда; соблюдение норм и правил культуры труда;
  - оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
  - формирование и развитие творческого мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;
  - готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- сопровождением;
  - соблюдать нормы этики и этикета.

### **Предметные результаты:**

#### **в познавательной сфере:**

- сформированность целостного представления об окружающей действительности;
- становление внутренней установки личности поступать согласно своей совести, воспитание нравственности, основанной на духовных традициях народов России;
- овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;
- овладение элементарными практическими умениями и навыками в различных видах художественной деятельности (искусство танца);
- сформированность умений устанавливать взаимосвязь знаний по разным учебным предметам для решения прикладных учебных задач;
- сформированность первоначальных представлений о роли искусства танца в жизни человека, его роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность первоначальных представлений о роли музыки в жизни человека, ее роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность основ музыкальной культуры танца, развитие художественного вкуса и интереса к музыкальному и танцевальному искусству;
- умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к ней;
- использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций;
- сформированность основ художественной культуры, в том числе на материале культуры родного края; эстетического отношения к миру; понимание красоты как ценности; потребности в художественном творчестве и в общении с искусством;

#### **в мотивационной сфере:**

- оценивание своей способности к труду в конкретной предметной деятельности; осознание ответственности за качество результатов труда;
- согласование своих потребностей и требований с потребностями и требованиями других участников познавательно-трудовой деятельности;

- формирование представлений о мире профессий, связанных с изучаемыми технологиями, их востребованности на рынке труда; направленное продвижение к выбору профиля технологической подготовки в старших классах полной средней школы или будущей профессии в учреждениях начального профессионального или среднего специального образования;
- стремление к экономии и бережливости в расходовании времени, материалов, денежных средств, труда;

#### **в эстетической сфере:**

- овладение методами эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда, дизайнерского проектирования изделий
- рациональное и эстетическое оснащение рабочего места с учетом требований элементов научной организации труда;
- готовность к нравственному совершенствованию, духовному саморазвитию;
- формирование первоначальных представлений о светской этике;
- умение выражать себя в доступных видах и формах художественно-прикладного творчества; художественное оформление объекта труда и оптимальное планирование работ;
- рациональный выбор рабочего костюма и опрятное содержание рабочей одежды;
- участие в оформлении класса и школы, стремление внести красоту в домашний быт;

#### **в коммуникативной сфере:**

- практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности; действовать с учетом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнера, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
- установление рабочих отношений в группе для выполнения практической работы или проекта, эффективное сотрудничество и способствование эффективной кооперации; интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и учителями;
- сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом;
- адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги;

#### **в физиолого-психологической сфере:**

- развитие моторики и координации движения рук при работе с ручными инструментами и выполнении операций; достижение необходимой точности движения при выполнении различных технологических операций;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим

- дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
  - сочетание образного и логического мышления в проектной деятельности.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### 1. Вводное занятие.

Педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусства – хореографией и содержанием программы, рассказывает о правилах поведения на занятиях, о технике безопасности во время использования технических средств и особенностях внешнего вида учащегося.

### 2. Разминка.

Учащиеся включаются в коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально- ритмическое развитие детей.

### 3. Партерный экзерсис.

Партерный экзерсис или упражнения на полу – позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают

вырабатывать выворотность ног. Развивать гибкость и эластичность стоп.

В партерном экзерсисе также используются акробатические упражнения.

### 4. Диагональ.

Упражнения для поддержания точки – верчение, различные основные ходы, прыжки, комбинированные связки.

### 5. Джазовый танец.

Одно из современных танцевальных направлений, зарождение и развитие которого связано с культурой африканских племен.

Существует несколько школ джазового танца, такие как:

Американская – основное положение корпуса – осевое. Манера исполнения менее экспрессивная, чем «германская». Основное давление в танце на шоу.

Германская – как и в классическом танце, строго канонизируется, отсутствие прямого положения, положение рук часть изломано. В положении ног используется параллельность, перпендикулярность, выворотные позиции отсутствуют.

Африканская – существует самостоятельно, используется босиком, низ тяжелый, подвижный, центрофугален, все исходит от центра и бедер, что противоречит европейским танцам, позиция тела либо четко напряженная, либо полностью расслаблена.

Французская– влияние оказывает классический танец, движения строятся на вытянутых линиях. В корпусе контракция, релакция отсутствует, вместо них используется арка, манера исполнения сдержанная.

6 Cross – раздел джазового танца, основанный на шагах.

## 7. Игры

На занятиях используются игровые технологии:

- игры с элементами хореографии: «Проверь товарища и помоги», «Лучше и быстрее», «Запомни и выполни», «Попрыгунчики», «Проверь свою музыкальность»;
- имитационные игры: «Создай образ», «Море волнуется раз», «Статуи», «Преодолей себя», «Круг».
- игры, тренирующие устойчивость;
- спортивные игры: «Кто сильнее», эстафеты, «Змея»;
- ролевые игры;
- состязания в танцах.

## 8. Танцевальная практика (танцевальные этюды, постановка, репетиции).

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

	Наименование темы	Виды деятельности	Количество часов в год обучения				
			5	6	7	8	9
			1	2	3	4	5
1	Водное занятие	Правила техники безопасности. Правила поведения в классе. Знакомство с коллективом, структурой занятия	1	1	1	1	1
2	Строевые упражнения	Виды перестроений: круг, колонна, линия	1	1			
	Упражнения на развитие гибкости	Растяжка Акробатика в группах Гимнастика в парах	3	4	2	2	2
3	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие гибкости	5	4	4	3	2
4	Подвижные игры	Музыкально-подвижные игры	4	5	4	3	2



5	Основы классического танца	Поклон Постановка корпуса Позиции рук, ног, положение головы I пор де бра Demi pli�e Releve Battement tendue из 1 позиции Battement tendue jete из 1 позиции Прыжки cote Классический экзерсис лицом к станку	9	8	9	9	9
6	Основы современных направлений в хореографии	Джаз-модерн (Ча-Ча-Ча, Румба, Рокн рол) Эстрадный танец	4	4	8	10	11
7	Актерское мастерство	Упражнения для сплочения коллектива Упражнения на развитие эмоциональности, закрепощенности	2	3	3	3	3
8	Постановочная деятельность	Разучивание танцевальных связок Построение рисунков Работа над танцевальными образами Работа над манерой исполнения постановки	3	2	2	2	3
9	Просмотр видео – материала	Просмотр своих номеров (работа над ошибками) Просмотр классических постановок Просмотр постановок современной хореографии	2	2	1	1	1
	всего		34	34	34	34	34