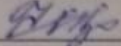
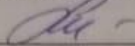


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа села Бурибай
муниципального района Хайбуллинский район
Республики Башкортостан

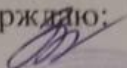
Рассмотрено на МО:


Чекменева С.А.
руководитель ШМО
Протокол №1
28 августа 2023 г

Согласовано:


Титова С.Р.
зам.директора по УВР
29 августа 2023 г

Утверждаю:


Зброя Ю.А.
директор МАОУ СОШ
села Бурибай
Приказ № 255 - ОД от
30 августа 2023 г

Рабочая программа

внеурочной деятельности «Звёздочки»

Направление: спортивно-оздоровительное

Уровень, класс: **НОО , 2в класс**

Срок реализации: **1 уч.год**

Учитель: Нургалина Г.А.

с.Бурибай, 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально- организованное движение. Особенность искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец - искусство - многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Современный эстрадный танец - это синтез различных жанров, которые зарождаются, развиваются и совершенствуются. По сути, это проба человеческого тела на прочность и гибкость, то есть все спортивные качества плюс навыки драматического актера, а также владение исполнительскими навыками в разных областях - от классического танца до брейк-данса.

Танец способствует развитию трудолюбия, работоспособности, упорства в достижении цели, чувства ритма. Он развивает такие физические качества как гибкость, скорость движения, силу, ловкость, координацию в пространстве. Дети, занимающиеся эстрадными спортивными танцами, получают весьма разностороннее интеллектуальное, художественное и физическое развитие.

Программа хореографического кружка «Колибри» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1)Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2)Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Актуальность программы состоит в том, чтобы через различные сферы спортивной хореографической деятельности (ритмики, музыкального движения и развития эмоциональной выразительности, гимнастики, концертной деятельности и др.) воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к пониманию прекрасного.

Данная программа предполагает стабильное существование коллектива, который может пополняться новыми учащимися, имеющими хореографическую, спортивную подготовку или большое желание танцевать.

Цель программы: приобщить детей к творчеству, привить детям любовь и интерес к танцевальному искусству через обучение различным видам хореографии, способствовать духовному и нравственному развитию ребенка, а так

жеукреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами хореографического искусства.

Программа ставит перед собой выполнение следующих **задач**:

Образовательные:

- формировать танцевальные умения и навыки в соответствии с программными требованиями;
- обучать воспитанников основам классического, народного, эстрадного танца, элементам актерского мастерства;
- расширить знаний в области современного хореографического искусства.

Воспитательные:

- развить чувство гармонии, чувство ритма;
- совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности;
- сформировать внутреннюю и внешнюю культуру воспитанников, воспитание целеустремленности, настойчивости, трудолюбия.

Развивающие:

- развить гибкость, координацию движений;
- развить творческие способности;
- укрепить физическое и психологическое здоровье.

Особенности возрастной группы детей:

В объединение принимают детей с 7 лет по желанию. Целесообразно организовать обучение, формируя возрастные группы, так как процесс обучения детей хореографии имеет свою специфику, поскольку тело ребёнка подвергается физиологическим изменениям в процессе роста организма.

1. Младшая возрастная группа: 2 класс (7-8 лет) – занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу

Схема возрастного и количественного распределения воспитанников

группа Обучения	Общее кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятий в часах	Общее кол-во часов в неделю	Общее кол-во часов в год
Младшая группа	1	1	1	16

Формы обучения:

- Занятия танцами должны проходить в просторном, светлом, хорошо проветриваемом помещении.
- Для занятий классическим танцем обувь должна быть мягкой, удобной, не стеснять движений.
- Форма для занятий должна быть удобной, не стеснять движений и не скрывать от педагога работу мышц воспитанников. Одежда должна быть

опрятной и красивой, волосы аккуратно причесаны. Все это помогает привить ребенку элементарные санитарно-гигиенические навыки.

- В области преподавания хореографии одно из центральных мест занимает музыка. Музыка помогает определить скорость движения и ритм упражнений, подсказывает характер движения. Занятия с музыкой более интересны. Бодрая танцевальная мелодия вызывает желание двигаться, создает хорошее настроение. Музыка делает занятия более полноценными и эмоциональными.
- Музыкальный материал на занятиях должен соответствовать развитию детей, характеру исполняемых ими движений

Форма организации деятельности- по группам.

Режим занятий:

Младшая группа обучения - 16 часов (по 1 часу 1 раз в неделю);

1 час занятия подразумевает 35 минут

Ожидаемые результаты обучения

Личностными результатами освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- применять ценности здорового образа жизни;
- проявлять себя в социально-значимой деятельности;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Метапредметными результатами освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- проявлять актёрские навыки;
- разбираться в музыке, ее размере, частях и фразах;
- организовывать совместную деятельность со сверстниками;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- распределять и переключать свое внимание между различной деятельностью (слуховой, двигательной)
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

Предметными результатами освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- .-уметь музыкально-ритмически двигаться;
- прямо и стройно держаться;
- исполнять легкие современные и игровые танцы;

- согласовывать одновременно работу всех частей тела;
- самостоятельно и грамотно ориентироваться в мире танцевальной эстетики;
- самостоятельно повышать уровень танцевальной техники;
- исполнять движения музыкально в соответствии с национальным своеобразием музыки.

Предполагаемые результаты Младшей группы обучения.

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Тематическое планирование младшей группы обучения

Раздел	Содержание курса внеурочной деятельности	Форма организации внеурочной деятельности	Виды деятельности учащихся
1	Вводное занятие. План работы. ТБ	1ч	Умение договариваться, приходить к общему решению в совместной творческой деятельности
2	Теоретические занятия	10 ч	Работа в группах, освоение материала
3	Практические занятия	5ч	Практическая работа

Содержание образовательной программы Младшей группы обучения

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж.

Знакомство с детьми. Знакомство с правилами поведения на занятиях. Знакомство с техникой безопасности.

Тема 2. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.

Освоение правил построения, передвижений в танцевальном зале в направлениях (в линии; в шахматном порядке по кругу; квадрат)

Определение понятий: «лицом по линии танца», «спиной по линии танца», «лицом в центр круга».

Практические занятия. Музыкальные игры: «Быстро по местам», «Знай, свое место», «Ручеек».

Все эти построения и перестроения исполняются посредством различных видов ходьбы и бега, в разных направлениях (вперед, назад, в сторону), которые в тоже время служат для выработки и совершенствовании правильной осанки и походки.

Тема 3. Ритмические упражнения.

Слушание музыки. Определение характера и строения музыкального произведения, его темпа, ритмического рисунка. Подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемыми движениями, с соблюдением принципа «музыка-движение».

Овладение простейшими навыками координации движений и исполнение танцевальных игр.

Ритмический рисунок и его составные. Определение и передача в движении элементов музыкальной грамоты.

Практические занятия. Развитие музыкальности, развития умения координировать движения с музыкой. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой.

Хлопки в ладоши по одному и в парах. Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки.

Тема 4. Разминка

Разминка перед танцами помогает разогреть мышцы и не травмировать их во время занятий, а также обеспечивает наиболее пластичное выполнение всех предложенных во время занятия связок.

Практические занятия.

Голова

Виды движений:

- наклон вперед-назад;
- наклон влево-вправо;
- поворот влево-вправо.

Плечи

Виды движений:

- подъем одного или двух плеч вверх;
- движение плеч вперед-назад;
- твист плеч (изгиб, резкая смена направлений)

Грудная клетка

Виды движений:

- движения из стороны в сторону;
- движение вперед-назад;
- подъем и опускание

Корпус

Виды движений:

- маятник (перенесение тяжести тела с пяток на полупальцы и обратно по 1, 2 и прямой позиции ног или одной ноги на другую);
- деревянные и тряпочные куклы (расслабление и напряжение мышц корпуса);
- «жираф» (стоя наклониться вперед, достать руками пол, поднять ногу вверх, в потолок);
- «росток» (поднимание корпуса на полупальцы)

Руки

Виды движений:

- поднимание и опускание рук вместе и поочередно;
- круговые движения рук

Бедра

Виды движений:

- движения вперед-назад;

- движение из стороны в сторону

Полуприседание по 1 и свободной позиции, напряженные и пружинные.

Соттэ - прыжки: «ножницы», «бегунок», «кенгуру».

Тема 5. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.

Восприятие характера музыки и передача его через движение (веселого, спокойного, энергичного, торжественного).

Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков на основе восприятия музыки.

Раскрытие характера и выражение его в движении с использованием различных видов ходьбы и бега.

Виды ходьбы: бодрое, спортивная, торжественная, естественная, спокойная, осторожная, плавная.

Виды бега: легкий, острый, стремительный, широкий, пружинистый.

Практические занятия. Игра «Узнай регистр» (регистр – различная высота звучания музыки), игра с платочками: на низкий полоскают платочки, на средний – стряхивают, на высокий – машут платочками над головой.

Игра «Дорожка с препятствием», игра «Изображение любимого животного».

Тема 6. Методика постановки позиций ног, рук на середине зала

Позиция рук:

1-я; 3-я; 2-я, подготовительное положение.

Позиция ног:

6-я, 1-я, 2-я, 3-я

Тема 7. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.

Изучение видов шага: шаг на всю ступню, шаг с носка (танцевальный шаг), шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием ног.

Изучение видов бега: легкий бег, широкий бег, бег с высоким подниманием ног.

Изучение подскоков: легкие, сильные, энергичные.

Изучение видов ходьбы: сочетание с движением рук, в сочетании с логическим текстом, сочетание с пением.

Техника правильной бытовой походки.

Тема 8. Танцевальные композиции

Разучивание танцевальных композиций: Разучивание танцевальных движений, элементов, фигур детского эстрадного танца.

Тематическое планирование средней группы обучения

Раздел	Содержание курса внеурочной деятельности	Форма организации внеурочной деятельности	Виды деятельности учащихся
1	Вводное занятие. План работы. ТБ	1ч	Умение договариваться, приходить к общему решению в совместной творческой деятельности
2	Теоретические занятия	10 ч	Работа в группах, освоение материала
3	Практические занятия	5 ч	Практическая работа

**Календарно-тематический план программы «Звёздочки»
Младшей группы обучения.**

№	Содержание	Дата	Неделя обучения
1.	Вводное занятие. Инструктаж.	05.09.23	1 неделя
2.	Разминка. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.	12.09.23	2 неделя
3.	Ритмические упражнения. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.	19.09.23	3 неделя
4.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки. Разминка.	26.09.23	4 неделя
5.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Разминка.	03.10.23	5 неделя
6.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	10.10.23	6 неделя
7.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Танцевальные композиции.	17.10.23	7 неделя
8.	Разминка. Танцевальные композиции.	24.10.23	8 неделя
9.	Ритмические упражнения. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	07.11.23	9 неделя
10.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	14.11.23	10 неделя
11.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	21.11.23	11 неделя
12.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	28.11.23	12 неделя
13.	Ритмические упражнения. Разминка.	05.12.23	13неделя
14.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	12.12.23	14 неделя

15.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	19.12.23	15 неделя
16.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	26.12.23	16 неделя