

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 105»**

**ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Мир танца»
для учащихся 3-5 классов
на 2025 – 2026 учебный год
направление: общекультурное**

Составитель программы:
учитель начальных классов
Татарникова Анна Васильевна

г. Котлас, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Мир танца» разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования

Актуальность программы

Актуальность программы состоит в том, что творческая деятельность воспитанников при изучении танцев создает своеобразно эмоционально наполненную среду увлеченных детей и педагогов, в которых осуществляется «создание танцевального шедевра», где дети настроены на успех.

Движение – ведущая функция всего живого. Его можно рассматривать как основное проявление деятельности организма и необходимый фактор для нормального развития ребенка. Положительно влияет двигательная активность на растущий организм: улучшает работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, увеличивает массу головного мозга и его функциональное состояние. Тесная связь между движением и музыкой положительно влияет на эстетическое развитие ребенка.

Танцы развивают пластику, осанку, походку, красоту движений. В танце воспитывается любовь к музыке, дружба, уважение к противоположному полу, такт, прекрасные эмоции, культура поведения.

Цель программы: формирование целостной, духовно – нравственной и гармонично развитой личности, а также развитие артистичности, внутренней свободы, раскрытие творческого потенциала ребенка средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Задачи программы:

В области хореографии:

- расширять знания в области современного хореографического искусства (музыкальный кругозор, танцевальные жанры и их направления);
- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства, развивать творческое воображение и фантазию;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту, развивать способность импровизировать, выражать свои эмоции в танце.

В области воспитания:

- Содействовать формированию целостной, духовно – нравственной и гармонично развитой творческой личности ребенка;

- Воспитывать нравственно - коммуникативные качества, умение вести себя в группе, чувство взаимоуважения.

В области физической подготовки:

- Развивать двигательные навыки: гибкость, ловкость, пластичность, координацию движений;
- Способствовать формированию правильной осанки, красивой походки;
- Обогащать двигательный опыт разнообразными видами танцевальных движений;
- Укреплять физическое и психологическое здоровье.

Форма организации: внеурочная деятельность

Виды деятельности

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции;
- знакомство с костюмами;
- прослушивание аудиозаписей;
- цикл бесед о разнообразных видах и жанрах хореографии.

Место проведения: МОУ «СОШ №105»

Возраст школьников: 2-4 класс (8-11 лет)

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов занятий в неделю: 2 часа, в год – 48 часов.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Программа внеурочной деятельности дает возможность обучающимся достичь следующих результатов:

Личностные:

1. Сформировать нравственное отношение к окружающему миру, нравственные качества личности.

2. Ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
3. Развитие двигательной активности.
4. Формирование способности к эмоциональному восприятию материала.
5. Осознавать роль танца в жизни.
6. Развитие танцевальных навыков.

Метапредметные:

1. Развивать интерес к специальным знаниям по теории и истории искусства.
2. Использование речи для регуляции своего действия.
3. Адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.
4. Умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.
5. Умение общаться в коллективе, проявляя дружелюбие и активность.
6. Развивать эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям.
7. Развивать дисциплину, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

Предметные:

Учащиеся получают возможность научиться:

1. Правильно держать осанку.
2. Правильно выполнять позиции рук и ног.
3. Правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений.
4. Исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды.
5. Выполнять передвижения в пространстве зала.
6. Выразительно исполнять танцевальные движения.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Название раздела	Кол-во часов
Раздел 1. Введение в курс программы	2
Раздел 2. Основные понятия	8
Раздел 3. Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности	9
Раздел 4: Постановочно-репетиционная работа	26
Раздел 5: Отчетные мероприятия	3
ИТОГО:	48

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Название темы (раздела)	Основное содержание	Формы организации, виды деятельности.
Раздел 1. Введение в курс программы			
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности, основные требования к посещению танцевального кружка «Мир танца».	Требования безопасности перед началом работы, техника безопасности во время работы, требования безопасности при аварийных ситуациях. Игра на знакомство.	Беседа, рассказ, игра
2	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры на проверку и развитие внимания	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры на проверку и развитие внимания	Беседа, игра
Раздел 2. Основные понятия			
3-4	Упражнения для развития тела	Разучивание комплексной разминки.	Рассказ, демонстрация, исполнение
5-6	Постановка корпуса, рук, ног.	Позиции ног - I,II,III,IV (IV - как наиболее трудная, изучается последней). Разучивание простых элементов Ритмики.	Рассказ, демонстрация, исполнение

7-8	Постановка корпуса, рук, ног.	Позиции рук: подготовительное положение I,II,III (изучаются на середине зала).	Рассказ, демонстрация, исполнение
9-10	Гимнастика и растяжка.	Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Разучивание battement tendu и plie.	Рассказ, демонстрация, исполнение
Раздел 3. Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности			
11-13	Приобретении координации и двигательного-слуховых навыков	Основы музыкальной грамоты. Основы ритмического движения. Ритмические упражнения.	Рассказ, демонстрация, исполнение
14-16	Развитие ритма и актерской выразительности	«Контактные» звуки тела и ритмы. Основы актёрского мастерства. Упражнения на развитие актерской выразительности.	Рассказ, демонстрация, исполнение
17-20	Ритмические упражнения.	Разучивание простых элементов Ритмики.	Рассказ, демонстрация, исполнение
Раздел 4: Постановочно-репетиционная работа			
21-43	Разучивание композиции танца «Потеряться во времени».	Комплексная разминка. Растяжка. Разучивание движений.	Рассказ, демонстрация, исполнение
44-45	Исполнение танца.	Комплексная разминка. Исполнение танца «Потеряться во времени». Работа над синхронностью.	Рассказ, демонстрация, исполнение
Раздел 5: Отчетные мероприятия			
46	Повторение позиции рук и ног.	Комплексная разминка. Растяжка. Повторяем позиции рук и ног.	Самостоятельная работа.
47	Закрепление изученных танцев.	Отработка всех номеров.	Самостоятельная работа.

48	Отчётный концерт.	Итоговое выступление.	Самостоятельная работа.
----	-------------------	-----------------------	-------------------------

Список литературы.

1. Афанасенко Е.Х, Ключеева С.А., Шишова К.Б «Детский музыкальный театр. Программы, разработки занятий, рекомендации».
2. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002.
4. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». - М.: «Владос» 2004г.
5. Детский фитнес. М., 2006.
6. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 1981.
7. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
8. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 1999.
9. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 1986.