

Муниципальное образование Павловский район Краснодарского края
Муниципальное казённое образовательное учреждение
основная общеобразовательная школа №19 им. М. Н. Полевика
х. Красного

УТВЕРЖДЕНО

решение педсовета протокол №1
от «07» августа 2019 года

Председатель педсовета
Щербак Т.Н.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Направление: общекультурное, спортивно-оздоровительное

**КРУЖОК « ТАНЦУЙ СО МНОЙ»
4 ГОДА**

(сроки реализации программы)

6,5-11 ЛЕТ

(возраст обучающихся)

Учитель начальных классов
Сыроватко Ирина Ивановна

Планируемые результаты:

Примерный объём навыков и умений к концу 1 года обучения:

- 1.Знать простейшие музыкальные понятия.
- 2.Выполнять простейшие шаги, прыжки, бег.
- 3.Исполнять массовые танцы.
- 4.Знать правильную постановку корпуса.

Примерный объём навыков и умений к концу 2 года обучения:

1. Уметь исполнять танцы-импровизации (изображение предметов, животных, растений, явлений природы).
- 2.Соблюдать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
- 3.Освоить музыкально- танцевальные игры, тренировать внимание, быстроту реакции и воображение.
- 4.Уметь ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную).

Примерный объём навыков и умений к концу 3 года обучения:

- 1.Уметь передавать в пластике движений разнообразный характер музыки.
- 2.Уметь исполнять танцевальные элементы в паре и в группе.
- 3.Исполнять упражнения на воображение и фантазию.
- 4.Выразительно исполнять танец на праздниках и концертах.

Примерный объём навыков и умений к концу 4 года обучения:

- 1.Уметь импровизировать под незнакомую музыку.
- 2.Выразительно выполнять элементы народных, бальных и детских танцев.
- 3.Знать основные шаги и фигуры танцев.
- 4.Знать основные музыкальные понятия.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ОБУЧЕНИЯ

1 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.

Тема включает в себя понятия: линия танца, интервал, дистанция. Знакомство с точками класса. Знакомство с темпами музыки: медленный, умеренный, быстрый, а также, с характерами музыкальных произведений и динамических оттенков.

Тема №2 Подготовительные упражнения

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с исходными положениями ног, позициями рук, также порядковых упражнений.

1. Подготовительные упражнения для постановки корпуса

- основное положение, стоя в свободной позиции
- «Вдох-выдох»
- «Деревянные и тряпочные куклы»
- упражнение «ронять корпус» (расслабление и напряжение мышц корпуса)

2. Подготовительные упражнения для изучения позиций рук (свободная,

подготовительная и 1)

- «Большие крылья»
- «Поющие руки»
- «Бабочка»
- упражнение «Твердые и мягкие руки» -упражнение «Мельница» (круговые движения рук)
- круговые движения кистями рук

3. Подготовительные упражнения для изучения позиций ног (свободная и 6)

-упражнение «твердые и мягкие ноги»

(напряжение и расслабление тазобедренных и голеностопных мышц) -«Круговые движения стопами» -полуприседания («напряженное» и «пружинное»)

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Упражнение №1

- танцевальный шаг с носка
- шаг с подскоком
- приставной шаг
- шаг с притопом

Упражнение №2

- ходьба под музыку
- ходьба с хлопками
- ходьба с движением рук
- ходьба со сменой мест
- хлопковая комбинация

Упражнение №3

- бег легкий и энергичный
- бег по кругу
- бег на месте с хлопками
- бег со сменой мест

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.

Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3. Танцы- импровизации. «Тихий и громкий танец», «Медленный и быстрый», «Большой и маленький».

Раздел « Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Полька»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Полька» (музыкальный размер 2/4):

- упражнение с хлопками на сильный удар музыки

- подскоки в сочетании с хлопками
- галоп по кругу
- галоп со сменой мест (вправо, влево)
- подскоки на месте с хлопками
- выставление ноги на носок в сочетании с приседаниями

«Парная полька»:

- положение в паре лицом друг к другу «лодочка»
- комбинация притопов
- галоп со сменой мест
- хлопковые комбинации

Тема №6 Изучение танца «Пляска с притопом»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом(платком).

- бег по кругу;
- притопы;
- повороты вокруг себя.

Тема № 7. Изучение диско –танцев и бальных танцев.

-«Весёлая стирка», «Автостоп», «Мама-Мария», «Ритмический танец», «Вальс», «Вару-Вару», «Приглашение», «Сударушка».

Тема№8. Изучение танца «Хлопушки»»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений и умение ориентироваться в пространстве. «Хлопушки» (музыкальный размер 2/4) бег по кругу; хлопки и притопы; сужать и расширять круг.

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально- танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии «Стройте круг», «Кружки и стайки», «Шеренги и цепочки» «Хлопки», «Тихие воротца».
2. Имитационные игры «Птичий двор», «Лошадки», «Кот и мыши»
3. Спортивные игры «Стоп, хлоп, раз», «Найди своё место», «Найди своё место»

2 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.

Тема включает в себя понятия: колонна, шеренга. Знакомство с динамическими оттенками: громко, тихо.

Тема №2 Подготовительные упражнения

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с исходными положениями ног, позициями рук, также порядковых упражнений.

1. Подготовительные упражнения для постановки корпуса

- основное положение, стоя в свободной позиции
- «зернышко»
- «бабочка»
- «цапля»

2. Позиции рук (вторая, третья)

- «радуга»
- «тюльпан»

3. Подготовительные упражнения для изучения позиций ног (вторая, третья)

- «гармошка»
- «елочка»
- «велосипед»

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Упражнение №1

- танцевальный шаг с пятки
- шаг с перескоком
- приставной шаг с приседанием
- шаг с притопом и прихлопом

Упражнение №2

- ходьба под музыку с работой рук
- ходьба с хлопками с работой ног
- ходьба с движением рук и ног

Упражнение №3

- острый бег
- бег по диагонали
- бег с движением

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.

Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально-двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3. Танцы- импровизации: «Моряк», «Солдат», «Буратино» и т.д. (по выбору)

Раздел « Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Полька в паре»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Полька в паре» (музыкальный размер 2/4):

- упражнение с хлопками на сильный удар музыки
- подскоки в сочетании с хлопками
- галоп по кругу
- галоп со сменой мест (вправо, влево)
- подскоки на месте с хлопками
- выставление ноги на носок в сочетании с приседаниями

Тема №6 Изучение танца «Русский танец»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом (платком).

- бег по кругу;
- притопы;
- повороты вокруг себя.

Тема № 7. Изучение диско –танцев и бальных танцев.

- «Слоненок»

- «Модный рок»

- «Кик»

Тема №8. Изучение танца «Берлинская полька»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений и умение ориентироваться в пространстве.

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально-танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии: «Ручеёк», «Повтори за мной»

2. Имитационные игры: «Волк и заяц», «Дети и медведь»

3 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.

Тема включает в себя понятия: счет в танце, вступление, пауза, понятие правильной осанки.

Тема №2 Подготовительные упражнения

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с музыкальным ритмом.

1. Упражнения с предметами:

- с мячом

- с платком

2. Упражнения для рук:

- «пьеро»

- «буратино»

- «цветок»

3. Упражнения для ног:

-реливе

-подъем с выносом ноги на воздух

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Упражнение №1

- шаркающий шаг
- шаг-галоп
- переменный шаг

Упражнение №2

- чередование ходьбы с подскоком
- чередование ходьбы с прыжком
- чередование подскока с галопом
- подскок с поворотом

Упражнение №3

- бег с выносом ног вперед
- чередование бега и подскока
- чередование бега и галопа

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.

Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3. Танцы- импровизации: «Волна», «Часики».

Раздел « Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Мазурка»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Мазурка» (музыкальный размер 3/4):

- перескоки с ноги на ногу
- бег кругу
- повороты со сменой мест (вправо, влево)
- ключ

«Чарли»:

- положение в паре лицом друг к другу
- приставные шаги
- перемена мест в паре
- повороты в паре

Тема №6 Изучение танца «Кадриль»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом (платком).

- бег по кругу;
- притопы;
- повороты вокруг себя.

Тема № 7. Изучение диско-танцев и бальных танцев.

- «Падеграс»

Тема№8. Изучение танца «Подарки»»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений и умение ориентироваться в пространстве.

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально-танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии: «Музыкальные змейки», «Творческая импровизация»
2. Имитационные игры: «Цапля и лягушки»

4 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с музыкальными понятиями

Тема включает в себя понятия: фраза, предложение, регистр, реприза, затакт.

Тема №2 Подготовительные упражнения

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
 - «врассыпную»
 - распределение по группам
 - квадрат
 - ромб
2. Упражнения для рук:

- «восьмерка»
- «зеркало»
- «свечка»
- «птичка»

2. Упражнения для ног:

- перекаты с носка на пятку
- перекаты с пятки на носок
- переходы из позиции в позицию плавные и с прыжком

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Упражнение №1

- топающий шаг
- шаг с поворотом
- мягкий шаг
- кошачий шаг

Упражнение №2

- ходьба с переменной музыки (быстрой и медленной)
- ходьба с паузой
- ходьба со сменой направления

Упражнение №3

- бег с остановкой
- бег по двум кругам
- бег на месте с хлопками
- бег с поворотом

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.

Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное

сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3. Танцы- импровизации.: «Люди и манекены», «Живое и неживое», «Свет и тьма».

Раздел « Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Яблочко»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Яблочко» (музыкальный размер 4/4):

- упражнение с хлопками на сильный удар музыки
- шаги в сочетании с хлопками
- присядка
- хлопушка
- веревочка
- ковырялочка
- повороты
- подскоки

«Ковбойский танец»:

- положение в паре лицом друг к другу «лодочка»
- комбинация притопов
- галоп со сменой мест
- хлопковые комбинации

Тема №6 Изучение танца «Фигурный вальс»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом (платком).

- «квадрат»
- повороты в паре
- повороты вокруг себя.
- шаги по кругу

Тема № 7. Изучение диско –танцев и бальных танцев.

- «Ритмический танец»
- «Ча-ча-ча»

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально-танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии «Создай фигуру», «Ниточка с иголочкой»

2. Имитационные игры «Роботы».

Учебно-тематический план.

1 класс

№	Наименование разделов	Количество часов	характеристика основных видов деятельности
1	Музыкально- ритмическая	13	Знать простейшие музыкальные понятия. Выполнять простейшие шаги, прыжки, бег. Исполнять массовые танцы. Знать правильную постановку корпуса.
	Танцы и пляски	11	
3	Творческая деятельность	9	
4	Общее количество часов	33	

2 класс

№	Наименование разделов	Количество часов	характеристика основных видов деятельности
1	Музыкально- ритмическая	13	Уметь исполнять танцы-импровизации (изображение предметов, животных, растений, явлений природы). Соблюдать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы. Освоить музыкально- танцевальные игры, тренировать внимание, быстроту реакции и воображение. Уметь ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную).
2	Танцы и пляски	12	
3	Творческая деятельность	9	
4	Общее количество часов	34	

3 класс

№	Наименование разделов	Количество часов	характеристика основных видов деятельности
1	Музыкально- ритмическая	13	Уметь передавать в пластике движений разнообразный характер музыки.
2	Танцы и пляски	12	
3	Творческая деятельность	9	

4	Общее количество часов	34	Уметь исполнять танцевальные элементы в паре и в группе. Исполнять упражнения на воображение и фантазию. Выразительно исполнять танец на праздниках и концертах
---	------------------------	----	---

4 класс

№	Наименование разделов	Количество часов	характеристика основных видов деятельности
1	Музыкально- ритмическая	13	Уметь импровизировать под незнакомую музыку. Выразительно выполнять элементы народных, бальных и детских танцев. Знать основные шаги и фигуры танцев. Знать основные музыкальные понятия.
2	Танцы и пляски	12	
3	Творческая деятельность	9	
4	Общее количество часов	34	

Согласовано
 протокол заседания
 методического объединения
 учителей начальных классов
 от _____ 2019 г. № 1
 _____ И.И.Сыроватко

Согласовано
 зам.директора по ВР
 "____" августа 2019г.
 _____ И.В.Ходунова

№ урока	Название темы	Кол- во часов	Дата		Характеристика основных видов деятельности
			план	факт	
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия.	1			Знать простейшие музыкальные понятия. Выполнять простейшие шаги, прыжки, бег. Исполнять массовые танцы. Знать правильную постановку корпуса. Освоить музыкально-танцевальные игры, тренировать внимание, быстроту реакции и воображение. Уметь ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную).
2	Разминка. Поклон. Линия.	1			
3	Постановка корпуса. Основные правила.	1			
4-5	Позиции рук. Основные правила.	2			
6	Позиции ног	1			
7	Ритмико-гимнастические упражнения	1			
8	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1			
9	Основные шаги в танце.	1			
10-11	Движения по линии танца.	2			
12	Ходьба. Бег. Комбинации.	1			
13	Поскоки. Комбинация.	1			
14	Приставные шаги. Комбинация.	1			
15	Ритмико-гимнастические упражнения	1			
16	Создание музыкально-двигательного образа.	1			
17-18	Танец «Солнечные зайчики».	2			
19-20	Упражнения для улучшения гибкости	2			
21-22	Ритмическая комбинация «Ладошки».	2			
23-24	Танец «Стирка»	2			
25-26	Ритмико-гимнастические упражнения	2			
27-31	Разминка. Основные движения танца “Полька”. Разучивание движений.	5			
32	Общеразвивающие упражнения.	1			
33	Музыкально-танцевальные игры.	1			
34	Имитационные игры.	1			
	ИТОГО	34			

Календарно-тематическое планирование. 2 класс

№ урока	Название темы	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2	Разминка. Позиции ног.	1
3-4	Общеразвивающие упражнения.	2
5-9	Танец «Полька».	5
10-11	Упражнение “Ладшки”. Основные движения.	2
12	Разминка. Позиции рук.	1
13-14	Движения по линии танца.	2
15-19	Танец «Вару – Вару».	5
20-23	Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, присядка.	4
24	Разминка. Упражнения на заданный образ.	1
25	Общеразвивающие упражнения.	1
26-30	Танец в современных ритмах.	5
31	Разминка. Музыкально-ритмические упражнения.	1
32	Элементы импровизации на уроке.	1
33	Танец «Подарки».	1
34	Музыкально-танцевальные игры.	1
	ИТОГО	34

Календарно-тематическое планирование. 3 класс

№ урока	Дата	Название темы	Кол-во часов
1		Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2		Разминка. Упражнения для рук.	1
3-4		Общеразвивающие упражнения.	2
5		Музыкально-ритмические упражнения.	1
6-10		Танец «Мазурка»	5
11		Танцевальные шаги.	1
12-14		Упражнения на развитие координации движений.	3
15-17		Русский танец «Ах вы сени»	3
18-20		Разминка. Чередование шагов.	3
21-22		Танцевальные комбинации.	2
23-24		Упражнения на координацию движений.	2
25-29		Основные шаги танца «Вальс».	5
30		Создание музыкально-двигательного образа.	1
31		Ритмический танец.	1
32		Общеразвивающие упражнения.	1
33		Индивидуальное творчество.	1
34		Музыкально- танцевальные игры.	1
		ИТОГО	34

Календарно-тематическое планирование. 4 класс

№ урока	Дата	Название темы	Кол-во часов
1		Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2		Разминка. Упражнения для рук.	1
3-4		Общеразвивающие упражнения.	2
5-8		Танец «Ча-ча-ча».	4
9-10		Разминка. Позиции ног.	2
11-12		Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2
13-16		Танец «В современных ритмах»	4
17		Общеразвивающие упражнения.	1
18-19		Разминка .Танцевальные шаги.	2
20-21		Упражнения на развитие координации.	2
22-26		Танец «Фигурный вальс»	5
27		Музыкально-ритмические упражнения.	1
28		Упражнения на улучшение осанки	1
29-33		Танец «Полонез»	5
34		Создание танцевального образа	1
		ИТОГО	34

Согласовано
Заместитель директора по ВР
_____ И.В.Ходунова
«___» августа 2019 г.

**Муниципальное образование Павловский район
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 19 им. М. Н. Полевика
х.Красного**

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ**

по **внеурочному занятию «Танцуй со мной»**

Класс 2

Учитель **Сыроватко Ирина Ивановна**

Количество часов: всего **34** часа; в неделю **1** час;

Планирование составлено на основе рабочей программы Сыроватко Ирина Ивановна, учителя МКОУ ООШ №19 х.Красного им. М. Н. Полевика х. Красного, утверждённой решением педагогического совета МКОУ ООШ № 19 №1
от «__» августа 2019 г.