

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию города Барнаула

МАОУ "СОШ №135"

УТВЕРЖДЕНО  
Директор

---

Знамова Е.А.  
Приказ №304 - ОД  
от "28" 08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Курса внеурочной деятельности

«Мир танца»

для обучающихся 1 класса

Барнаул 2023

## Пояснительная записка

Данная программа объединения «Танец» составлена для 1 классов на основе ФГОС НОО.

**Актуальность** предмета: занятия хореографией наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоциональноволевою зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия хореографией положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти.

**Целью** программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

### **Основные задачи:**

#### ***Укрепление здоровья и физических качеств учащихся:***

- Совершенствование двигательных навыков и воспитания культуры движения.
- Формирование правильной осанки гибкости и пластичности суставов
- Развитие выразительности и координации движений, умение владеть своим телом.
- Формирование умения ориентироваться в пространстве.

#### ***Развитие художественно - творческих способностей:***

- Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор.
- Формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку.
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях
- Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения.

#### ***Формирование нравственно – коммуникативных качеств учащихся:***

- Воспитание умения вести себя в группе во время движения
- Формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми; воспитания аккуратности и трудолюбия

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности. 1 класс

### **Личностные результаты**

Сформированность внутренней позиции ученика, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

### **Метапредметные результаты**

#### • **регулятивные**

- ✓ способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи; ✓ в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; ✓ накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- ✓ наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

#### • **познавательные**

- ✓ навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- ✓ Учащиеся должны уметь:
- ✓ готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- ✓ под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ✓ ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ✓ ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ✓ ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- ✓ соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- ✓ выполнять игровые и плясовые движения;
- ✓ выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; ✓ начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

#### • **коммуникативные**

- ✓ умение координировать свои усилия с усилиями других;
- ✓ задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

## Содержание курса внеурочной деятельности. 1 класс

Введение – ознакомительная беседа о предмете «Танец»

Разучивание разминки – общеразвивающие упражнения на улучшение гибкости.

Основы танца – разучивание позиций рук, позиций ног, точка класса, постановка корпуса.

Разучивание позиций рук в паре.

Разучивание танцев – «Полька», «Смешной хомячок», «Стирка», «Матрешки», «Снежинки», «Оловянные солдатики». Танцы – игры – «Если весело живется, делай так!», «Кто скорее?»

### Тематическое планирование курса внеурочной деятельности. 1класс

№ п/п	Содержание курса	Форма организации	Вид деятельности	Кол-во часов
1	Теоретические занятия.	Групповая.	Беседа. Познавательная деятельность.	1
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	Групповая.	Ходьба, бег. Построения, перестроение движения. Ориентировка в направлении движения. Выполнение простых движений с предметами.	5
3	Ритмикогимнастические упражнения	Групповая.	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	6
4	Игры под музыку	Групповая.	Выполнение ритмических движений, в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистрами. Музыкальные игры.	7
5	Танцевальные движения	Групповая.	Знакомство с танцевальными движениями. Хороводы в кругу, танцы и пляски.	14
<b>Итого</b>				<b>33</b>

### Календарно-тематическое планирование 1 класс

№ п/п урока	Название темы	Кол-во часов	1в	
			План	Факт
1	Знакомство с предметом, «Что такое «Хореография?»» Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках хореографии, о форме одежды для занятий.	1		
2	Разминка. Разучивание поклона. Формирование навыка поклона.	1		
3	Общеразвивающие упражнения.	1		
4	Разучивание постановки корпуса. Основные правила. Формирование навыка правильного поставленного корпуса	1		
5	Разучивание позиций рук. Основные правила. Разучивание позиций рук в паре.	1		

6	Разучивание точки класса. Общеразвивающие упражнения: движения по линии танца и диагонали	1		
7	Разучивание позиций ног. Основные правила	1		
8	Общеразвивающие упражнения движения по линии танца и диагонали	1		
9	Движения на ориентировку в пространстве: бег и подскоки	1		
10	Разучивание танца «Полька»	1		
11	Танец-игра «Смешной хомячок»	1		
12	Разучивание танца «Стирка»	1		
13	Знакомство с рисунками танца «Снежинки»	1		
14	Музыкальная Игра «Если весело живет, делай так!»	1		
15	Игры под музыку. Разучивание комбинация «Гуси».	1		
16	Формирование навыка комбинации «Пчелки»	1		
17	Индивидуальные задания: «Импровизируем животных»	1		
18	Игра «Кто скорее?»	1		
19	Разучивание танца «Оловянные солдатики»	1		
20	Отработка танца «Оловянные солдатики»	1		
21	Игра «Если весело живет, делай так!»	1		
22	Упражнения для улучшения гибкости: «Поезд»	1		
23	Игра «Мы в зеленые луга пойдем...»	1		
24	Ритмико-гимнастические упражнения	1		
25	Общеразвивающие упражнения: упражнения на улучшение гибкости	1		
26	Движения рук в разные направлениях без предметов, с предметами (флажками, погремушками, лентами)	1		

27	Разучивание движения парами: бег, ходьба, кружения на месте	1		
28	Формирование навыка движения парами: бег, ходьба, кружения на месте	1		
29	Шаг польки, положения рук.	1		
30	Шаг польки, положения рук, рисунки танца «Полька»	1		
31	Разучивание элементов танца «Матрешки»	1		
32	Повторение танцевальных композиций	1		
33	Урок-смотр знаний			

### ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1979.
2. Бекина С., Ломова Т., Соковина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
3. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.
4. Бычаренко Т. С песенкой по лесенке: Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1984.
5. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.