Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кировская средняя общеобразовательная школа №2 имени матроса, погибшего на атомной подводной лодке «Курск», Витченко Сергея Александровича»

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

К ООП НОО, утвержденной
приказом директора школы
№ 112 от 05.09.2018 г.

ПРИНЯТО
школьным методическим объединением
учителей начальных классов
протокол № 1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора школы
№ 167 от 30.08.2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дополнительного образования

«Грация»

для 1-4 классов

Составитель:

Селезнёва Дарья Максимовна,

учитель физической культуры.

Кировск, 2022г

Пояснительная записка

Программа дополнительного образования «Грация».

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка.

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз

следует упомянуть, что танцу присуще образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Высотского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

Цель программы: создание условий для развития творческих способности детей через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце.
6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).
9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

Организационные условия реализации программы.

Основные формы проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, праздник.

Основные виды занятий – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Методы:

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Приоритетные направления работы:

- Знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- знакомство с направлениями современного танца;
- постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности воспитанников;
- личные интересы и приоритеты воспитанников;

- потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- происходящие в мире перемены.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;
- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;
- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Регулярность занятий 4 часа в неделю, 136 часов в год.

Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;

- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Формы и виды контроля:

1. Исходный контроль;
2. Текущий контроль;
3. Тематический контроль;
4. Итоговый контроль.
5. Индивидуальный, фронтальный, групповой контроль.

Тематическое планирование кружка «Грация»

№ п. п	Тема, раздел	Количество уроков		
		Общее	Теория	Практика
1	Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков	30	8	22
2	Составляющие характера танца	20	2	18
3	Современный танец	18	4	14
4	Движения в соответствии с характером музыки	14	2	12

5	Понятие пространственных перестроений	20	2	18
6	Чтобы танец был красивым	34	-	34
	ИТОГО:	136	18	118

Содержание программы

Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (30 часов)

Проведение инструктажа по технике безопасности.

Постановка задач на новый учебный год.

Знакомство с основными элементами различных танцев

Пантомима

Импровизация

Ритмические комбинации

Постановка корпуса, поклон

Отработка движений.

Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.

Разминка. Упражнение классического дренажа.

Подготовка ко Дню учителя.

Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.

Подготовка ко Дню учителя. Прогон танца

Генеральная репетиция ко Дню учителя.

Составляющие характера танца (20 часов)

Танцевальная импровизация.

Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.

Ритмика. Портретная гимнастика.

Разучивание движений к новогоднему танцу

Ритмика. Разучивание движений к новогоднему танцу

°

Подготовка к новогодним мероприятиям.

Соединение движений к новогоднему танцу воедино.

Ритмика. Репетиция новогоднего танца

Прогон всех танцев

Генеральная репетиция к новогодним мероприятиям.

Современный танец (18 часов)

Знакомство с современным танцем

Изучение основных элементов современного танца

Отработка основных движений.

Работа под счет

Акробатика в современном танце

Отработка связок.

Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

Постановка танца

Отработка всего танца

Движения в соответствии с характером музыки (14 часов)

Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.

Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки

Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».

Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.

Портерная гимнастика. Повторение танцев.

Синхронность движений.

Отработка четкости и ритмичности движений.

Понятие пространственных перестроений (20 часов)

Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.

Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества.

Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре).

Разучивание движений к танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества.

Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.

Разучивание движений к танцу.

Работа под счет

Соединение выученных движений воедино.

Отработка выученных движений.

Постановка танца.

Чтобы танец был красивым (34 часа)

Подготовка танца к празднику 8 Марта. Постановка народного танца.

Изучение основных элементов. Разучивание движений к танцу.

Отработка движений, связок.

Работа под счет

Соединение выученных движений воедино.

Работа по счет.

Отработка выученных движений, связок

Постановка танца.

Отработка всего танца.

Репетиция танцев.

Генеральная репетиция к празднику 9 мая.

Обсуждение выступлений на концертах. Работа над ошибками.

Повторение разученных танцев.

Повторение разученных танцев.

Повторение разученных танцев.

Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.

Материально техническая база

1. Мультимедийный проектор.
2. проекционный экран;
3. ноутбук;
4. музыкальный центр;
5. зал для занятий.
6. методическая литература и наглядные пособия, методические разработки занятий, подборка видеоматериалов;
7. фонотека музыкальных произведений;
8. тренировочная форма.

Используемая литература

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособиедля педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п. п.	Дата		Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся
	По плану	Факт			
Подготовка к занятиям. Освоение и повторение основных танцевальных навыков (30 часов)					
1			Проведение инструктажа по технике безопасности.	2	Беседа о правилах безопасности на занятиях по танцам.
2			Постановка задач на	2	Подготовка детей к

			новый учебный год.		школьным концертам. Развитие творческого потенциала у детей через танец.
3			Знакомство с основными элементами различных танцев	2	Знакомство с особенностями движений различных танцев.
4			Пантомима	2	Умение показать историю через танец.
5			Импровизация	2	Тест на умение двигаться без заученных в порядке движений, без схем и комбинация.
6			Ритмические комбинации	2	Обучение чувству ритма.
7			Постановка корпуса, поклон	2	Ориентировка в схеме тела. Умение владеть своим телом.
8			Отработка движений.	2	Умение работать в команде и четко выполнять движения.
9			Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	2	Углубление в историю. Знакомство с новыми движениями, просмотр костюмов и реквизитов.
10			Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	2	Разучивание разминки для разогрева мышц, связок и суставов перед тренировкой для самостоятельного выполнения. Подбор костюмов и реквизита.
11			Разминка. Упражнение классического дренажа.	2	Самостоятельное выполнение разминки.
12			Подготовка ко Дню учителя.	2	Подбор музыки. Изучение движений для нового танца.
13			Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	2	Выполнение упражнений под музыку. Развитие чувства ритма.
14			Подготовка ко Дню учителя. Прогон танца	2	Подготовка костюмов и реквизита. Репетиция танца.

15			Генеральная репетиция ко Дню учителя.	2	Отработка танцев к празднику. Учение управлять эмоциями в танце для передачи зрителю истории танца. Подготовка костюмов и реквизита.
Составляющие характера танца (20 часов)					
16			Танцевальная импровизация.	2	Демонстрация умения двигаться без заученных в порядке движений, без схем и комбинация.
17			Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	2	Работа над мимикой, жестами, танцевальными акцентами.
18			Ритмика. Портерная гимнастика.	2	Упражнения на чувство ритма. Выполнение упражнений на детальную проработку мышц ног, пресса и спины.
19			Разучивание движений к новогоднему танцу	2	Разучивание новых движений.
20			Ритмика. Разучивание движений к новогоднему танцу	2	Разучивание новых движений.
21			Подготовка к новогодним мероприятиям.	2	Подбор костюмов и реквизитов. Повторение разученных движений.
22			Соединение движений к новогоднему танцу воедино.	2	Повторение разученных движений и соединение в связки. Постановка танца.
23			Ритмика. Репетиция новогоднего танца	2	Репетиция танца.
24			Прогон всех танцев	2	Отработка танцев к празднику. Учение управлять эмоциями в танце для передачи зрителю истории танца.
25			Генеральная репетиция к новогодним мероприятиям.	2	Отработка танцев к празднику. Учение управлять эмоциями в танце для передачи зрителю истории танца. Подготовка костюмов и

					реквизита.
Современный танец (18 часов)					
26			Знакомство с современным танцем	2	Прослушивание современной музыки, просмотр выступлений других коллективов.
27			Изучение основных элементов современного танца	2	Изучение основных элементов.
28			Отработка основных движений	2	Отработка основных элементов под музыку.
29			Работа под счет	2	Четкое исполнение движений танца.
30			Акробатика в современном танце	2	Разучивание акробатических упражнений.
31			Отработка связок.	2	Четкое исполнение движений.
32			Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	2	Углубление в историю. Знакомство с новыми движениями, просмотр костюмов и реквизитов.
33			Постановка танца	2	Умение работать в команде, чувствовать ритм, исполнять движения в строго поставленном порядке.
34			Отработка всего танца	2	Умение работать в команде, чувствовать ритм, исполнять движения в строго поставленном порядке. Уметь управлять эмоциями.
Движения в соответствии с характером музыки (14 часов)					
35			Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	2	Просмотр видеороликов с исполнением хороводного шага. Разучивание хороводного шага. Разучивание хороводного шага с движениями и сменой рук.
36			Пружинящий шаг. Бег,	2	Разучивание пружинящего шага. Отработка

			галоп, поскоки		правильного исполнения бега, галопа и подскоков в танце.
37			Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу».	2	Выполнение гимнастических упражнений. Выполнение упражнения «Улыбнемся себе и другу».
38			Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.	2	Знакомство с музыкальными произведениями «Вальс», классика. Прослушивание музыки.
39			Портретная гимнастика. Повторение танцев.	2	Выполнение упражнений на детальную проработку мышц ног, пресса и спины. Репетиция разученных танцев.
40			Синхронность движений.	2	Выполнение упражнения одновременно со всеми.
41			Отработка четкости и ритмичности движений.	2	Отработка движений под счет и музыку одновременно.
Понятие пространственных перестроений (20 часов)					
42			Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат.	2	Разучивание перестроений в танце.
43			Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества.	2	Разучивание новых движений и связок.
44			Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре).	2	Выполнение классического тренажа. Отработка разученных движений. Подготовка костюмов
45			Разучивание движений к танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества.	2	Разучивание новых движений и связок. Постановка танца.
46			Партерный экзерсис.	2	Выполнение упражнений на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие

					подвижности локтевого сустава.
47			Разучивание движений к танцу.	2	Разучивание новых движений.
48			Работа под счет	2	Исполнение движений под счет.
49			Соединение выученных движений воедино.	2	Соединение разученных движений в связки.
50			Отработка выученных движений.	2	Отработка разученных движений и связок.
51			Постановка танца.	2	Умение работать в команде, чувствовать ритм, исполнять движения в строго поставленном порядке. Уметь управлять эмоциями.
Чтобы танец был красивым (34 часа)					
52			Подготовка танца к празднику 8 Марта. Постановка народного танца.	2	Изучение техники исполнения народного танца. Изучение основных движений.
53			Изучение основных элементов. Разучивание движения к танцу.	2	Изучение основных элементов и разучивание движений к танцу.
54			Отработка движений, связок.	2	Отработка разученного.
55			Работа по счет.	2	Исполнение движений под счет.
56			Соединение выученных движений воедино.	2	Разучивание связок.
57			Работа под счет.	2	Исполнение движений под счет.
58			Отработка выученных движений и связок.	2	Умение работать в команде, чувствовать ритм, исполнять движения в строго поставленном порядке. Уметь управлять эмоциями.
59			Постановка танца.	2	Умение работать в команде, чувствовать ритм, исполнять движения в строго поставленном порядке. Уметь управлять эмоциями.

60			Отработка всего танца.	2	Отработка отдельных движений, связок и танца в целом.
61			Репетиция танцев.	2	Прогон разученных танцев.
62			Генеральная репетиция к празднику 9 мая.	2	Отработка танцев к празднику. Учение управлять эмоциями в танце для передачи зрителю истории танца.
63			Обсуждение выступлений на концертах. Работа над ошибками.	2	Подведение итогов. Обсуждение ошибок и результатов выступлений.
64			Отработка всех связок.	2	Четкое исполнение разученных связок. Умение работать по счет.
65			Повторение разученных танцев.	2	Прогон разученных танцев.
66			Повторение разученных танцев.	2	Прогон разученных танцев.
67			Повторение разученных танцев.	2	Прогон разученных танцев.
68			Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.	2	Подведение итогов за год.