



**МБОУ «СОШ имени Джемалдина Хамурзаевича Яндиева  
с.Дачное»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности  
«В ритме танца»  
1-4 классы  
(2 часа в неделю)  
2022 – 2023 уч.год

Уровень образования: начальное общее

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «В ритме танца» составлена на основе авторской программы Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. « Композиция и постановка танца », утвержденной МОП РФ в соответствии с требованиями ФГОС.

Программа рассчитана для детей 1-4 классов, для того чтобы получить элементарные и основные танцевальные навыки и умения.

Направленность программы танцевального кружка «Звездочки» по содержанию является художественно – эстетической, общекультурной, по форме организации кружковой, рассчитанной на 4 года.

**Актуальность программы** обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Именно средствами танцевальной деятельности возможно формирование социально активной творческой личности, способной понимать общечеловеческие ценности, гордиться достижениями отечественной культуры и искусства, способной к творческому труду, сочинительству, фантазированию.

Педагогическая целесообразность данного курса для школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно - эстетические чувства, т. к.

именно в начальной школе закладывается фундамент творческой личности, закрепляются нравственные нормы поведения в обществе, формируется духовность.

### **Цели и задачи реализации программы.**

#### **Цели:**

развитие ребёнка и детского коллектива через создание особой среды формирования общих культурных интересов и совместной деятельности детей, формирование национального самосознания и высоких духовных качеств ребёнка как гражданина России, формирование творческих способностей детей.

#### **Задачи:**

1. Раскрывать танцевальные способности детей через двигательную активность.
2. Научить выполнять упражнения для укрепления и развития тела.
3. Научить выполнять элементы народного танца.
3. Развивать чувство ритма через обучение танцам.
4. Воспитывать любовь к русским народным танцам, к музыке, к русским традициям через изучение элементов русского народного танца и развитие умения исполнять русский танец.
5. Формировать детский коллектив через совместную деятельность.

## **Формы и методы работы.**

В процессе обучения используются следующие формы работы:

- теоретические занятия (беседы, изучение истории развития и появления танцев, викторины, чтение литературы,
- практические занятия по хореографии и танцам.

## **Режим занятий.**

Расписание занятий кружка строится из расчета одно занятие в неделю. Каждое занятие длится 40 минут. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

Данная программа ориентирована на формирование и развитие следующих универсальных учебных действий.

### **Личностные универсальные учебные действия.**

У ученика будут сформированы:

- готовность и способность к саморазвитию;
- развитие познавательных интересов, учебных мотивов;
- знание основных моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь, правдивость, честность, ответственность.) -формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

У ученика будут сформированы:

- оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- вносить необходимые корректизы;
- уметь планировать работу и определять последовательность действий. -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- активизация сил и энергии к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

У ученика будут сформированы

- самостоятельно включаться в творческую деятельность

-осуществлять выбор вида чтения в зависимости от цели. -осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме;

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

У ученика будут сформированы:

-допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;

-учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. -адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

- Уметь различать различные жанры музыкальных произведений (пляска, вальс, полька, марш).
- Знание классической базы (позиции ног, рук).
- Различать сильные и слабые доли в музыке.
- Добиться полной связи движений с музыкой.
- Уметь легко, пластиично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения.
- Уметь в движениях передать характер музыки.
- Освоить различные танцевальные движения.
- Уметь танцевать 2-3 танца.

У ученика будут сформированы:

-внутренняя позиция ребёнка на основе положительного отношения к школе; включаться в творческую деятельность под руководством учителя.

Получение ребёнком опыта переживания и позитивного отношения к ценностям общества.

-развитие познавательных интересов, учебных мотивов

-уважительное отношение к иному мнению и культуре других народов.

**Ученик получит возможность для формирования:**

-формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;

Получение ребёнком опыта самостоятельного общественного действия.

-вносить необходимые корректизы;

-уметь планировать работу и определять последовательность действий.

Целеустремлённость и настойчивость в достижении целей; готовность к преодолению трудностей.

- оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки.

А так же избавляется от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретает общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, ответственность перед коллективом.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

Программа состоит из четырех разделов, соответствующих возрастным особенностям детей и уровню сложности танцевальных композиций.

На первом вводном занятии руководитель кружка знакомит ребят с программой кружка, правилами поведения на кружке, противопожарный инструктаж учащихся.

### **1 раздел. «Ритмические танцы» 35 ч**

Основная задача состоит в том, чтобы совершенствовать процесс восприятия музыки через обучение основным движениям и танцевальным элементам.

### **2 раздел. «Что вы знаете о польке?» 35 ч**

Дети знакомятся с основными движениями полки: шаги, па полки, па галоп, шаг с подскоками, переходы, повороты. Разнообразие танцевальных комбинаций позволяют проявить детям творчество, фантазию.

### **3 раздел. «Русские танцы» 35 ч**

Задача этого раздела: познакомить учащихся с довольно большим объемом движений, с различными положениями в паре, с разными манерами исполнения. Дети знакомятся с танцевальными движениями хороводного плана, подвижного плясового характера.

### **4 раздел. «Вальс король танцев» 35 ч**

Приоритетная задача – это изучение азбуки большой хореографии, обучение основных движений вальса: вальсовые дорожки, повороты, балансе, вальсовые дорожки в паре.

## **ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА**

- Компьютер
- Музикальный центр
- Диски с записью танцев
- Диски с музыкой
- Видеокамера и фотоаппарат для анализа выступлений.

## Тематическое планирование

№ п/п	Темы разделов рабочей программы	Количество часов
1	Цикл подготовительных движений (наклоны, повороты, смещение вправо и влево)	13
2	Цикл соединительных движений	11
3	Простые танцевальные комбинации	9
	<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>

## Календарно-тематическое планирование 1 класс «Ритмические танцы»

№	Тема занятия	Плановые сроки	Скорректированные сроки
1	Инструктаж по технике безопасности во время занятий		
2	Прослушивание ритмичной музыки.		
3	Просмотр видеокассет с разными эстрадными танцами. Слушание ритмичной музыки.		
4	Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев. Занятие 1		
5	Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев. Занятие 2		
6	Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев. Занятие 3		
7	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
8	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		
9	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 3		
10	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 4		
11	Движения плечами, движения головой: повороты, поднимание и опускание, круговые движения. Движения корпусом: наклоны, повороты, смещение вправо и влево. Занятие 1		
12	Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах, прогибании, наклонах. Занятие 1		
13	Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах, прогибании, наклонах. Занятие 2		
14	Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах,		

	прогибаний, наклонах. Занятие 3		
15	Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах, прогибаний, наклонах. Занятие 4		
16	Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах, прогибаний, наклонах. Занятие 5		
17	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны. Занятие 1		
18	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны. Занятие 2		
19	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны. Занятие 3		
20	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны. Занятие 4		
21	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны. Занятие 5		
22	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
23	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		
24	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 3		
25	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 4		
26	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 5		
27	Разучивание движение ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, махи, поднимание ног. Занятие 1		
28	Разучивание движение ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, махи, поднимание ног. Занятие 2		
29	Разучивание движение ногами: выпады с выставлением ноги на пятку, махи, поднимание ног. Занятие 3		
30	«Танцы» на полу-разучивание базовых положений тела на полу, простых танцевальных комбинаций. Занятие 1		
31	«Танцы» на полу-разучивание базовых положений тела на полу, простых танцевальных комбинаций. Занятие 2		
32	«Танцы» на полу-разучивание базовых положений тела на полу, простых танцевальных комбинаций. Занятие 3		
33	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
34	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		

### Тематическое планирование

№ п/п	Темы разделов рабочей программы	Количество часов
1	Основные движения польки. Соединение разученных движений в танец.	16
2	Работа на синхронностью и выразительностью движений.	7
3	Движения в парах	12
	<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>

### Календарно-тематическое планирование

#### 2 класс «Что вы знаете о польке?»

№	Тема занятия	Плановые сроки	Скорректированные сроки
1	История возникновения польки.		
2	Знакомство с основными движениями польки. Слушание музыки. Занятие 1		
3	Знакомство с основными движениями польки. Слушание музыки. Занятие 2		
4	Знакомство с основными движениями польки. Слушание музыки. Занятие 3		
5	Знакомство с основными движениями польки: подъем на полупальцы, сгибание ног, переступание. Занятие 1		
6	Знакомство с основными движениями польки: подъем на полупальцы, сгибание ног, переступание. Занятие 2		
7	Знакомство с основными движениями польки: подъем на полупальцы, сгибание ног, переступание. Занятие 3		
8	Знакомство с основными движениями польки: подъем на полупальцы, сгибание ног, переступание. Занятие 4		
9	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
10	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		
11	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 3		
12	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 4		
13	Отработка разученных движений. Обучение новым движениям: шаг с подскоком. Занятие 3		

14	Отработка разученных движений. Обучение новым движениям: шаг с подскоком. Занятие 4		
15	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений. Занятие 1		
16	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений. Занятие 2		
17	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений. Занятие 3		
18	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений. Занятие 4		
19	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений. Занятие 5		
20	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений. Занятие 1		
21	Отработка разученных движений. Работа над синхронностью движений. Занятие 2		
22	Соединение движений в танцевальные комбинации танца «Школьная полька». Занятие 1		
23	Соединение движений в танцевальные комбинации танца «Школьная полька». Занятие 2		
24	Соединение движений в танцевальные комбинации танца «Школьная полька». Занятие 3		
25	Соединение движений в танцевальные комбинации танца «Школьная полька». Занятие 4		
26	Соединение движений в танцевальные комбинации танца «Школьная полька». Занятие 5		
27	Выразительность движений, синхронность выполнения, общение в паре с помощью мимики жестов. Занятие 1		
28	Выразительность движений, синхронность выполнения, общение в паре с помощью мимики жестов. Занятие 2		
29	Выразительность движений, синхронность выполнения, общение в паре с помощью мимики жестов. Занятие 3		
30	Выразительность движений, синхронность выполнения. Движение в парах. Занятие 1		
31	Выразительность движений, синхронность выполнения. Движение в парах. Занятие 2		
32	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
33	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		
34	Выступление на сцене, участие в праздничных концертах.		

## Тематическое планирование

№ п/п	Темы разделов рабочей программы	Количество часов
1	Положения рук и ног в русском танце	15
2	Танцевальный бег, прискок, беговой шаг	12
3	Соединение движений в танцы. Постановка танцев	8
	<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>

## Календарно-тематическое планирование

### 3 класс «Русские танцы»

№	Тема занятия	Плановые сроки	Скорректированные сроки
1	История возникновения русских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными русскими народными танцами: хороводные, пляски.		
2	Разучивание: основные положения ног в русском танце. Занятие 1		
3	Разучивание: основные положения ног в русском танце. Занятие 2		
4	Разучивание: основные положения ног в русском танце. Занятие 3		
5	Разучивание: основные положения ног в русском танце. Занятие 4		
6	Разучивание: основные положения рук. Танцевальные шаги русского танца – простые шаги. Занятие 1		
7	Разучивание: основные положения рук. Танцевальные шаги русского танца – простые шаги. Занятие 2		
8	Разучивание: основные положения рук. Танцевальные шаги русского танца – простые шаги. Занятие 3		
9	Разучивание: основные положения рук. Танцевальные шаги русского танца – простые шаги. Занятие 4		
10	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
11	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		
12	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 3		

13	Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой. Занятие 2		
14	Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой. Занятие 3		
15	Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой. Занятие 4		
16	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад. Занятие 1		
17	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад. Занятие 2		
18	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад. Занятие 3		
19	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад. Занятие 4		
20	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
21	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		
22	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 3		
23	Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с присоком. Занятие 1		
24	Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с присоком. Занятие 2		
25	Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с присоком. Занятие 3		
26	«Печатка» или одновременный притоп двумя ногами, удары полупальцами, «переборы», дробная дорожка дробь с подскоком. Занятие 1		
27	«Печатка» или одновременный притоп двумя ногами, удары полупальцами, «переборы», дробная дорожка дробь с подскоком. Занятие 2		
28	«Печатка» или одновременный притоп двумя ногами, удары полупальцами, «переборы», дробная дорожка дробь с подскоком. Занятие 3		
29	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 1		
30	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации. Занятие 2		
31	Хоровод. «Круг», «Два круга рядом» Занятие 1		
32	Хоровод. «Круг», «Два круга рядом» Занятие 2		
33	Соединение разученных движений в танец «Красный сарафан». Занятие 1		
34	Соединение разученных движений в танец «Красный сарафан». Занятие 2		

## Тематическое планирование

<b>№ п/п</b>	<b>Темы разделов рабочей программы</b>	<b>Количество часов</b>
1	Разучивание вальсовых движений	15
2	Отработка разученных движений	7
3	Постановка танца	13
	<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>

## Календарно-тематическое планирование

### 4 класс «Вальс – король танцев»

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Плановые сроки</b>	<b>Скорректированные сроки</b>
1	История возникновения танца. Просмотр видеокассет с танцами, обучающих видеокассет, слушание музыки. Знакомство с подготовительными и основными движениями вальса.		
2	Просмотр видеокассет с танцами, обучающих видеокассет, слушание музыки		
3	Разучивание вальсового поворота, правый поворот, левый поворот. Отработка разученных движений, исполнение в паре. Разучивание: дорожка, дорожка вперед, дорожка назад, в паре. Отработка разученных движений.		
4	Знакомство с подготовительными и основными движениями вальса.		
5	Отработка движений в паре, разучивание связующего поворота, балансе вправо и влево. Отработка разученных движений в паре. Занятие 1		
6	Соединение вальсовых движений – вальсовые повороты и дорожка. Отработка разученных движений. Занятие 2		
7	Соединение вальсовых движений – вальсовые повороты и дорожка. Отработка разученных движений. Занятие 3		
8	Соединение вальсовых движений – вальсовые повороты и дорожка. Отработка разученных движений. Занятие 4		
9	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 1		
10	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 2		
11	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 3		

12	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 4		
13	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 5		
14	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 6		
15	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 7		
16	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений. Занятие 8		
17	Соединение: балансе и связующий поворот, балансе и повороты вальса. Отработка разученных движений в паре. Занятие 1		
18	Соединение: балансе и связующий поворот, балансе и повороты вальса. Отработка разученных движений в паре. Занятие 2		
19	Соединение: балансе и связующий поворот, балансе и повороты вальса. Отработка разученных движений в паре. Занятие 3		
20	Соединение: балансе и связующий поворот, балансе и повороты вальса. Отработка разученных движений в паре. Занятие 4		
21	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс» Отработка линии и сюжета «Школьного вальса» Занятие 1		
22	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс» Отработка линии и сюжета «Школьного вальса» Занятие 2		
23	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс» Отработка линии и сюжета «Школьного вальса» Занятие 3		
24	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс» Отработка линии и сюжета «Школьного вальса» Занятие 4		
25	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс» Отработка линии и сюжета «Школьного вальса» Занятие 5		
26	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 1		
27	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 3		
28	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 4		
29	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 5		
30	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 6		

31	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 7		
32	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 8		
33	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 9		
34	Работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений. Анализ собственных выступлений на праздниках. Занятие 10		