



НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГИМНАЗИЯ

СВЕТ

125083, Москва, ул. 8 Марта, д. 6г, тел. (495)614-2936, (495)614-3775

e-mail: gimnaziasvet@yandex.ru

УТВЕРЖДАЮ

Директор НОЧУ «ГИМНАЗИЯ СВЕТ»

Е.А. Глазнева
Е.А. Глазнева

« *06* » *июня* 2016 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО КУРСУ

внеурочной деятельности

спортивно-оздоровительное направление

«ТАНЦЫ»

5-9 классы

(ФГОС)

Учитель: _____ уч.год _____

_____ уч.год _____

Москва

2016 год

Содержание рабочей программы:

1	Пояснительная записка	стр 3
2	Общая характеристика курса «Танцы»	стр 4
3	Место курса «Танцы» в учебном плане	стр 6
4	Результаты освоения курса «Танцы	стр 6
5	Содержание курса «Танцы	Стр 10
6	Тематическое планирование	стр 11
7	Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса	стр 13

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности спортивно-оздоровительное направление «Танцы» для учащихся 5-9 классов составлена на основе следующих документов:

- Программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная приказом министерства образования №308 от 06.03.2001г.
- Приказ №889 министерства образования и науки РФ от 30.08.2010г «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для общеобразовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования»
- ФГОС ООО (от 17 декабря 2010 г № 373.) приказ № 1897.
- «Основная образовательная программа НОЧУ «ГИМНАЗИЯ СВЕТ»;
- Учебный план НОЧУ «ГИМНАЗИЯ СВЕТ».

Рабочая программа по курсу « Танцы» включает разделы:

- пояснительную записку;
- общую характеристику учебного курса;
- описание места учебного курса в учебном плане;
- личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса;
- содержание учебного курса;
- тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности;
- описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

Основными целями изучения курса «Танцы» в системе основного общего образования являются:

- возможность дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности; способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка; танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания; дать представление о танцевальном образе;
- воспитание культуры поведения и общения; умений работать в коллективе. формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся;
- развитие воображения, творческого потенциала ребенка, желания и умения подходить к любой своей деятельности творчески, способностей к эмоционально-ценностному отношению к искусству и окружающему миру, навыков сотрудничества в художественной деятельности;
- художественно-эстетическое развитие учащегося как внешнее условие социализации личности, как способ его вхождения в мир человеческой культуры, как способ

- самопознания и самоидентификации;
- формирование художественной культуры как неотъемлемой части культуры духовной, культуры мироощущений, выработанных поколениями;
- воспитание гражданственности и патриотизма.

Перечисленные цели реализуются в конкретных **задачах** обучения:

оздоровительные:

- укрепление здоровья;
- содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- совершенствование кондиционных двигательных качеств (мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростной силы) и координационных способностей;
- способствование развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- содействие оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата — формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;

образовательные:

- способствовать расширению кругозора, знаний в области физической культуры, формированию знаний, умений и навыков в области движений, танца и музыки;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания;
- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, гибкости, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях;
- содействовать развитию творческих и созидательных способностей — мышления, воображения, находчивости, познавательной активности;
- обучить основным танцевальным направлениям
 - обучить технике выполнения танцевальных движений
 - обучить практическому применению теоретических знаний.

воспитательные:

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность);
- формирование потребности ребенка самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- воспитание самостоятельности, раскрепощенности, умения творчески выражать свои эмоции и мысли в танцевальных движениях;
- поддержание стремления к разумному лидерству, инициативности;
- воспитание трудолюбия, готовности к взаимопомощи;
- воспитание уважения к педагогам, партнерам по танцу.

2. Общая характеристика курса «Танцы»

В качестве внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления на ступени основного общего образования учащимся предлагается курс «Танцы» для

желающих. В группу для занятий на курсе «Танцы» могут входить ученики из разных классов. Состав разновозрастной группы позволяет наилучшим способом осваивать материал и обеспечивает сплоченность коллектива. Для этого есть годами накопленный педагогический опыт, и это соответствует требованиям времени к статусу человека, его образовательной компетенции, физическим и духовным возможностям.

Содержание программы предусматривает систематическое и последовательное обучение и работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает освоение азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Танцы способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивает эстетический вкус, культуру поведения и общения.

Программа лаконично взаимосвязана с общеобразовательными областями (математика, филология, окружающий мир, физическая культура, ОБЖ, технология, искусство) учебного процесса.

Программа составлена на основе программы по хореографии для общеобразовательных школ «Ритмика и танец» для 1-8 классов, утвержденной Министерством образования 06.03.2001г

Тематическая цельность и последовательность развития курса помогают обеспечить прозрачные эмоциональные контакты с искусством на каждом этапе обучения. Ребенок поднимается год за годом, урок за уроком по ступенькам познания личных связей со всем миром художественно-эмоциональной культуры.

Предмет «Танцы» предполагает сотворчество учителя и ученика; диалогичность; четкость поставленных задач и вариативность их решения; освоение традиций художественной культуры и импровизационный поиск лично значимых смыслов.

Основные виды учебной деятельности — практическая двигательно-творческая деятельность ученика и восприятие красоты окружающего мира.

Наблюдение и переживание окружающей реальности, а также способность к осознанию своих собственных переживаний, своего внутреннего мира являются важными условиями освоения детьми материала курса. Конечная цель — формирование у ребенка способности самостоятельного видения мира, размышления о нем, выражения своего отношения на основе освоения опыта музыкальной и физической культур.

Систематическое освоение художественного наследия помогает осознавать искусство как духовную летопись человечества, как выражение отношения человека к природе, обществу, поиску истины.

На протяжении всего курса обучения школьники знакомятся с музыкальными произведениями искусства, изучают классическое и народное искусство танца разных стран

и эпох.

3. Место курса «Танцы» в учебном плане.

В качестве внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления на ступени основного общего образования учащимся 5-9 классов предлагается курс «Танцы» для желающих, рассчитанный на пять лет обучения. В группу для занятий на курсе «Танцы» могут входить ученики из разных классов.

Содержание предмета предоставляет обучающимся возможность войти в мир танца, познакомиться с основами двигательной активности и здорового образа жизни.

Учебный план НОЧУ «ГИМНАЗИЯ СВЕТ» на этапе основного общего образования включает 34 учебных недели в каждом учебном году для изучения курса «Танцы», по 1 часу в неделю, всего 34 часа за год, за пять лет обучения – 170 часов. Группы для занятий формируются из учеников 5-9 классов, включиться в работу курса лучше с начала, т.е. с первого года обучения, но содержание программы предусматривает возможность подключиться к занятиям и на второй, третий и т.д. год.

С учетом общих требований ФГОС ООО изучение предметной области «Танцы» должно обеспечить:

- развитие инновационной творческой деятельности обучающихся в процессе решения прикладных учебных задач;
- активное использование знаний, полученных при изучении других учебных предметов и сформированных универсальных учебных действий;
- физическое и духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности – умение принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе.
- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся.

4. Результаты освоения курса «Танцы»

(личностные, метапредметные и предметные)

При изучении курса «Танцы» в основной школе обеспечивается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование ценностей многонационального российского общества, становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии народов, культур и религий;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности

- обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; овладение элементами организации физического труда;
- формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов;
 - самооценка умственных и физических способностей при трудовой деятельности в различных сферах с позиций будущей социализации и стратификации;
 - развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности; выражение желания учиться для удовлетворения перспективных потребностей;
 - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; умение общаться при коллективном выполнении работ или проектов с учетом общности интересов и возможностей членов трудового коллектива;
 - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
 - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 - формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления;
 - развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера; формирование индивидуально-личностных позиций учащихся;
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- определение адекватных имеющимся организационным и материально-техническим условиям способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ по созданию продуктов;
- осознанное использование художественных средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирование и регуляция своей деятельности;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных);
- организация учебного сотрудничества и совместной деятельности с учителем и сверстниками; согласование и координация совместной познавательно-трудовой деятельности с другими ее участниками; объективное оценивание вклада своей

- познавательно-трудовой деятельности в решение общих задач коллектива;
- оценивание правильности выполнения учебной задачи, собственных возможностей её решения;
 - соблюдение норм и правил безопасности познавательно-трудовой деятельности и созидательного труда; соблюдение норм и правил культуры труда;
 - оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
 - формирование и развитие творческого мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;
 - готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- сопровождением;
 - соблюдать нормы этики и этикета.

Предметные результаты:

в познавательной сфере:

- сформированность целостного представления об окружающей действительности;
- становление внутренней установки личности поступать согласно своей совести, воспитание нравственности, основанной на духовных традициях народов России;
- овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;
- овладение элементарными практическими умениями и навыками в различных видах художественной деятельности (искусство танца);
- сформированность умений устанавливать взаимосвязь знаний по разным учебным предметам для решения прикладных учебных задач;
- сформированность первоначальных представлений о роли искусства танца в жизни человека, его роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность первоначальных представлений о роли музыки в жизни человека, ее роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность основ музыкальной культуры танца, развитие художественного вкуса и интереса к музыкальному и танцевальному искусству;
- умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к ней;
- использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций;
- сформированность основ художественной культуры, в том числе на материале культуры родного края; эстетического отношения к миру; понимание красоты как ценности; потребности в художественном творчестве и в общении с искусством;

в мотивационной сфере:

- оценивание своей способности к труду в конкретной предметной деятельности; осознание ответственности за качество результатов труда;
- согласование своих потребностей и требований с потребностями и требованиями других участников познавательно-трудовой деятельности;

- формирование представлений о мире профессий, связанных с изучаемыми технологиями, их востребованности на рынке труда; направленное продвижение к выбору профиля технологической подготовки в старших классах полной средней школы или будущей профессии в учреждениях начального профессионального или среднего специального образования;
- стремление к экономии и бережливости в расходовании времени, материалов, денежных средств, труда;

в эстетической сфере:

- овладение методами эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда, дизайнерского проектирования изделий
- рациональное и эстетическое оснащение рабочего места с учетом требований элементов научной организации труда;
- готовность к нравственному совершенствованию, духовному саморазвитию;
- формирование первоначальных представлений о светской этике;
- умение выражать себя в доступных видах и формах художественно-прикладного творчества; художественное оформление объекта труда и оптимальное планирование работ;
- рациональный выбор рабочего костюма и опрятное содержание рабочей одежды;
- участие в оформлении класса и школы, стремление внести красоту в домашний быт;

в коммуникативной сфере:

- практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности; действовать с учетом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнера, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
- установление рабочих отношений в группе для выполнения практической работы или проекта, эффективное сотрудничество и способствование эффективной кооперации; интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и учителями;
- сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом;
- адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги;

в физиолого-психологической сфере:

- развитие моторики и координации движения рук при работе с ручными инструментами и выполнении операций; достижение необходимой точности движения при выполнении различных технологических операций;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим

- дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
 - сочетание образного и логического мышления в проектной деятельности.

5. Содержание программного материала

Содержание предмета предоставляет обучающимся возможность войти в мир танца, познакомиться с основами двигательной активности и здорового образа жизни.

Материал программы включает следующие темы

1. Основы классического танца
2. Основы современных направлений в хореографии
3. Актерское мастерство
4. Постановочная деятельность
5. Просмотр видео – материала

За период обучения обучающиеся получают определенный объем знаний и умений. В конце каждого года обучения учащиеся должны:

1 год обучения

Уметь:

- выполнять по заданию педагога упражнения по актерскому мастерству
- различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений
- Выполнять танцевальные шаги по инструкции педагога

Иметь навыки:

- выполнения партерной гимнастики

2 год обучения

Уметь:

- выполнять классический экзерсис у танцевального станка
- уметь выполнять упражнения на изоляцию в танце джаз модерн
- уметь выполнять батман тондю модерн на середине зала
- применять на практике правила постановки корпуса рук, ног и головы в хореографии.
- выполнять основные ориентиры (рисунки) по инструкции педагога.
- выполнять комплекс акробатических упражнений
- применять актерское мастерство и сценическое перевоплощение, и выразительность в хореографических композициях.
- использовать специальную хореографическую терминологию на занятиях

Иметь навыки:

- Выразительности и техники выполнения движений в хореографических композициях.

Иметь представление:

- О постановке хореографической композиции.

3 год обучения

Уметь:

- выполнять батман тондю жете на середине (модерн)
- выполнять экзерсис у станка танца джаз- модерн
- выполнять вращения на середине зала
- выполнять вращения в продвижении

- выполнять движения в соответствии с динамическими оттенками-
- выполнять навыки креативного мышления в работе над хореографическими образами
- выполнять упражнения на смену уровней

Иметь навыки:

- организации постановочной и концертной деятельности.

4 год обучения

Уметь:

- исполнять прыжковые комбинации в продвижении
- применять наработанные данные: гибкость, пластичность, музыкальность.
- применять навыки самоконтроля и проверки знаний в своей работе
- выполнять три пор де бра танца джаз-модерн

Иметь навыки:

- коммуникативного общения и ведения здорового образа жизни.

5 год обучения

Уметь:

- выполнять сложные акробатические упражнения, как в паре, группе, так и сольно
- проявлять интерес и фантазию в создании хореографических композиций
- выполнять самостоятельно задания на импровизацию
- выполнять изученные стили хореографии в постановках

Иметь навыки:

выдержки, активности и лидерства в коллектив профессионального мастерства в выполнении хореографических постановок.

6. Учебно-тематический план.

	Наименование темы	Виды деятельности	Количество часов в год обучения				
			1	2	3	4	5
1	Водное занятие	Правила техники безопасности. Правила поведения в классе. Знакомство с коллективом, структурой занятия	1	1	1	1	1
2	Строевые упражнения	Виды перестроений: круг, колонна, линия	1	1			
	Упражнения на развитие гибкости	Растяжка Акробатика в группах Гимнастика в парах	3	4	2	2	2
3	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие гибкости	5	4	4	3	2
4	Подвижные игры	Музыкально-подвижные игры	4	5	4	3	2

5	Основы классического танца	Поклон Постановка корпуса Позиции рук, ног, положение головы I пор де бра Demi plié Releve Battement tendue из 1 позиции Battement tendue jete из 1 позиции Прыжки cote Классический экзерсис лицом к станку	9	8	9	9	9
6	Основы современных направлений в хореографии	Джаз-модерн (Ча-Ча-Ча, Румба, Рокн рол) Эстрадный танец	4	4	8	10	11
7	Актерское мастерство	Упражнения для сплочения коллектива Упражнения на развитие эмоциональности, закрепощенности	2	3	3	3	3
8	Постановочная деятельность	Разучивание танцевальных связок Построение рисунков Работа над танцевальными образами Работа над манерой исполнения постановки	3	2	2	2	3
9	Просмотр видео – материала	Просмотр своих номеров (работа над ошибками) Просмотр классических постановок Просмотр постановок современной хореографии	2	2	1	1	1
	всего		34	34	34	34	34



7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная приказом министерства образования №308 от 06.03.2001г.

1) Приказ № 889 министерства образования и науки РФ от 30.08.2010г «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для общеобразовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования».

2) ФГОС ООО (от 17 декабря 2010г № 1897).

3) УМК: Фирилева Ж.Е., Рябчиков А.И., Загрядская О.В., Танцы в школе. Третий урок физической культуры, Ростов-на -Дону.: Феникс, 2014

4) Учебник и пособия, которые входят в учебную линию Ляха В.И. 1-4 класс.

5) Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006

6) Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006

7) Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003

Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005

8) Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов.— М.: ИОСО РАО, 2002. – С. 135-157.

9) Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004

10) Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону

2007

11) Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997

12) Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985

13) Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005

14) Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004

15) Школа танцев для юных. – СПб., 2003.

Экранно-звуковые пособия:

- аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях);
- аудиозаписи.

Технические средства обучения:

- радиомикрофон (петличный);
- телевизор с универсальной приставкой БУО-плеер или ПУБ-рекордер (с набором дисков);
- мультимедийный компьютер;
- сканер;
- принтер;
- копировальный аппарат;
- видеокамера;
- мультимедиапроектор;
- экран.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;

- перекладина гимнастическая;
- скамейка гимнастическая жесткая;
- гантели наборные;
- коврик гимнастический;
- маты гимнастические;
- мяч набивной (1 кг, 2 кг);
- скакалка гимнастическая;
- коврики массажные;
- секундомер;
- обруч гимнастический;
- палка гимнастическая;
- лента финишная;
- флажки разметочные на опоре;
- шагомер электронный;
- тонометр автоматический.