

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГИМНАЗИЯ № 1 ГОРОДА НОВОКУЙБЫШЕВСКА
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НОВОКУЙБЫШЕВСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
(ГБОУ гимназия № 1 г. Новокуйбышевска)

«РАССМОТРЕНО» на заседании МО учителей начальных классов Протокол № <u>1</u> от « <u>24</u> » <u>августа</u> 2017г Руководитель лаборатории <u>В.В. Барина</u> В.В. Барина	«СОГЛАСОВАНО» заместителем директора по ВР « <u>25</u> » <u>августа</u> 2017г. <u>Н.А. Чеснокова</u> Н.А. Чеснокова	«УТВЕРЖДЕНО» приказом директора ГБОУ гимназии №1 от « <u>1</u> » <u>05</u> 2017г. № <u>340</u> Директор ГБОУ гимназия №1 <u>Л.Г. Слепцова</u> Л.Г.Слепцова
--	---	--

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ РИТМЫ»
для обучающихся 5 - 9 классов
направление: спортивно - оздоровительное

Составитель:
Педагог ДО Рудик Л.И.

2017г

1. Планируемые результаты.

В результате реализации программы воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования должно обеспечиваться достижение обучающимися:

воспитательных результатов – тех духовно-нравственных приобретений, которые получил школьник вследствие участия в той или иной деятельности (например, приобрел, участвуя в каком-либо мероприятии, некое знание о себе и окружающих, опыт самостоятельного действия, пережил и прочувствовал нечто как ценность); **эффекта** – последствия результата, то, к чему привело достижение результата (развитие школьника как личности, формирование его компетентности, идентичности и т.д.).

При этом учитывается, что достижение эффекта – развитие личности обучающегося, формирование его социальной компетентности и т.д. становится возможным благодаря воспитательной деятельности педагога, других субъектов духовно-нравственного развития и воспитания (семьи, друзей, ближайшего окружения, общественности, СМИ и т.п.), а также собственным усилиям самого обучающегося.

Воспитательные результаты и эффекты деятельности школьников распределяются по трем уровням.

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде, в которой ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнает о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного

уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с представителями различных социальных субъектов за пределами школы, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты: на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях; на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в нравственно-ориентированной социально значимой деятельности.

Таким образом, знания о ценностях переводятся в реально действующие, осознанные мотивы поведения, значения ценностей присваиваются обучающимися и становятся их личностными смыслами, духовно-нравственное развитие школьников достигает относительной полноты.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным.

Достижение трех уровней воспитательных результатов обеспечивает появление значимых эффектов воспитания и социализации детей – формирование у школьников коммуникативной, этической, социальной, гражданской компетентности и социокультурной идентичности в ее национально-государственном, этническом, религиозном, тендерном и других аспектах.

Таким образом, программа воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования направлена на создание **модели выпускника школы.**

Модель выпускника второй ступени обучения:

- любящий свой край и свою Родину, знающий свой родной язык, уважающий свой народ, его культуру и духовные традиции;
- осознающий и принимающий ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, человечества;
- активно и заинтересованно познающий мир, осознающий ценность труда, науки и творчества;
- умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике;
- социально активный, уважающий закон и правопорядок, соизмеряющий свои поступки с нравственными ценностями, осознающий свои обязанности перед семьей, обществом, Отечеством;
- уважающий других людей; умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;

- осознанно выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающего образа жизни;
- ориентирующийся в мире профессий, понимающий значение профессиональной деятельности для человека

2. Содержание программы «Танцевальные ритмы»

№	Название темы	Количество часов			Содержание
		Всего	Теор	Практ	
5 класс					
1	Введение.	1	1	0	Правила поведения на уроках «танцевальные ритмы», о технике безопасности, о форме одежды для занятий.
2	Построения и перестроения	10	1	9	Построение в круг, построение в линию, построение в две линии. Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве, ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, вкруг, из круга.
3	Партерная гимнастика.	10	1	9	Понятие «партерной гимнастики» и основных упражнений. Практика: - выполнение упражнений партерной гимнастики; - работа стопы; - наклоны корпуса вперед сидя; - упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; - простейшие упражнения на развитие координации: руки - ноги, синхронно и последовательно.
4	Отработка танцевальных движений.	10	1	9	Танцевальные движения народного характера и элементы современного и бального танца.
5	Импровизация, игры.	16	1	15	Понятия «импровизация», «фантазия», «воображение». Практика: творческая деятельность на развитие фантазии и воображения; знакомство с играми. Игры: «Ручеек», «Делай как я», «Зеркало», «Кошки – мышки»
6	Постановка, изучение танца.	20	1	19	Хоровод, роки-н-ролл, турнидос, сиртаки.
7	Итоговое занятие.	1	1	0	Отчетное выступление.
		68	7	61	

6 класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Построения и перестроения.	10	1	9	Построение в круг, сужение и расширение круга; построение в линию парами; построение в две линии парами. Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве; работа в парах; свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, в круг.
3	Партерная гимнастика.	10	1	9	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа, шпагат.
4	Отработка танцевальных движений.	10	1	9	Движения народного танца, танцевальные элементы современного и бального танца.
5	Импровизация, игры.	16	1	15	Творческая деятельность на развитие фантазии и воображения. Игры: «Море волнуется...», «Делай как я», «Зеркало».
6	Постановка, изучение танца.	20	1	19	«Барыня», флэш-моб, турнидос, рок-н-ролл.
7	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	7	61	
7класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	17	4	13	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно;

					упражнения для растяжки, в положении стоя, сидя, лежа.
3	Постановка, изучение танца.	49	12	37	Движения танцев: «па-де-спанья», «русский лирический», «полька - шотландка», «полонез». Знать нормы этики при исполнении танцев.
4	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	18	50	
8класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	17	4	13	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа.
3	Постановка, изучение танца.	49	12	37	Фигурный вальс, джайв , вальс-мазурка, ча-ча-ча.
4	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	18	50	
9класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	17	4	13	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы, наклоны корпуса вперед сидя, упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины, упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно, упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа.

3	Постановка, изучение танца.	49	12	37	Фигурный вальс, «Турнидос», «Танго вдвоём» (круговое танго).
4	Итоговое занятие.	1	1	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	18	50	
	Всего по программе	340			

3. Тематическое планирование

№		Форма организации	Кол-во часов	Виды деятельности	Срок (цикл)	Форма контроля
5класс						
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1	познавательная	1	Участие в концертах гимназии.
2	Роль танца в жизни древних греков.	теория	1	практика	1	
3	«Пружинка», крестный ход, «постукивания» на месте.	практика	5	практика	1	
4	Чувствовать характер музыки и передавать его со сменой перестроений: шеренга, круг, две шеренги напротив друг друга.	практика	4	практика	1	
5	Повторение изученных движений в подгруппе с руками на плечах. Построение в кругу.	практика	4	практика	1	
6	Ознакомиться с основным мягким шагом в хороводе.	теория	1	практика	2	
7	Основные фигуры хоровода (корзиночка, воротца, улитка, круг).	практика	6	практика	2	
8	Отработка танцевальных движений танца «хоровод».	практика	2	практика	2	
9	Ознакомиться с основным шагом танца «турнидос».	теория	1	практика	2	
10	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса	теория	1	практика	3	

	в исполнении танца.					
11	Отработка танцевальных движений танца.	практика	6	практика	3	
12	Танцы-игры.	игра	6	игровая	3	
13	Основной шаг: подскок с выбросом ноги.	практика	4	практика	4	
14	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1	практика	4	
15	Отработка танцевальных движений танца.	практика	6	практика	5	
16	Подготовка к концерту 8 марта.	практика	4	практика	5	
17	Танец «Хип-хоп».	практика	6	практика	6	
18	Танцы-игры.	игра	4	игровая	6	
19	Подготовка к отчетному концерту.	практика	4	практика	6	
20	Отчетный концерт.	практика	1	практика	6	
Всего			68			
6 класс						
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1	познавательная	1	Участие в концертах гимназии.
2	Элементы русской пляски (дробь).	теория	4	практика	1	
3	Дроби, молоточки, «ключ».	теория	1	практика	1	
4	Чувствовать характер музыки и передавать его с движениями.	практика	4	практика	1	
5	Повторение изученных		4	практика	2	

	движений.	практика			
6	Ознакомиться с основным шагами флэш-моба.	теория	1	практика	2
7	Основные фигуры.	теория	1	практика	2
8	Отработка танцевальных движений.	практика	6	практика	2
9	Ознакомиться с основным шагом танца «турнидос».	теория	1	практика	3
10	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1	практика	3
11	Отработка танцевальных движений танца.	практика	6	практика	3
12	Танцы-игры.	игры	6	игровая	3
13	Повторение танцев.	практика	4	практика	4
14	Основной шаг: подскок с выбросом ноги. Роки-н-ролл.	практика	2	практика	4
15	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1	практика	4
16	Отработка танцевальных движений танца.	практика	8	практика	4
17	Подготовка к концерту 8 марта.	практика	4	практика	5
18	Танец «Хип-хоп».	практика	6	практика	5
19	Подготовка к отчетному концерту.	практика	6	практика	6
20	Отчетный концерт.	практика	1	практика	6
		Всего	68		

7 класс

1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1	познавательная	1	Участие в концертах гимназии.
3	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «Па-де-спанья».	практика	11	практика	1	
4	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Русский лирический».	практика	11	практика	2	
5	Партерная гимнастика.	практика	1	практика	2	
6	Повторение танцев: «па-де-спанья», «русский лирический».	практика	2	практика	3	
7	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Полька-шотландка».	теория	10	практика	3	
8	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Полонез».	практика	15	практика	4	
9	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения современной композиции.	практика	10	практика	5	
11	Подготовка к отчетному концерту.	практика	6	практика	6	

12	Отчетный концерт.	практика	1	практика	6	
		Всего	68			
8класс						
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1	познавательная	1	Участие в концертах гимназии.
2	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «фигурный вальс».	практика	11	практика	1	
3	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «танго»	практика	11	практика	2	
4	Партерная гимнастика.	практика	1	практика	2	
5	Повторение танцев: «фигурный вальс», «танго».	практика	2	практика	3	
6	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «ча-ча-ча».	практика	10	практика	3	
7	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «джайв».	практика	12	практика	4	
8	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «полонез».	практика	7	практика	5	
9	Изучение основных	практика	6	практика	5	

	элементов, движений и методики исполнения танца «вальс-мазурка».					
10	Подготовка к отчетному концерту.	практика	6	практика	6	
11	Отчетный концерт.	практика	1	практика	6	
		Всего	68			
9класс						
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1	познавательная	1	Участие в концертах гимназии.
2	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «фигурный вальс».	практика	20	практика	1-2	
3	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Турнидос».	практика	16	практика	3-4	
4	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Танго вдвоём» (круговое танго).	практика	20	практика	5	
5	Подготовка к отчетному концерту.	практика	10	практика	6	
6	Отчетный концерт.	практика	1	практика	6	
		Всего	68			
	Всего по программе:		340			

Календарно – тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Танцевальные ритмы»

Класс 5

Количество часов 1

№		Форма организации	Кол-во часов	Дата
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1	7.09.2017
2	Роль танца в жизни древних греков.	теория	1	14.09.2017
3	«Пружинка», крестный ход, «постукивания» на месте.	практика	1	21.09.2017
4	Чувствовать характер музыки и передавать его со сменой перестроений: шеренга, круг, две шеренги напротив друг друга.	практика	2	28.09.2017 5.10.2017
5	Повторение изученных движений в подгруппе с руками на плечах. Построение в кругу.	практика	1	19.10.2017
6	Ознакомиться с основным мягким шагом в хороводе.	теория	1	26.10.2017
7	Основные фигуры хоровода (корзиночка, воротца, улитка, круг).	практика	2	2.11.2017 9.11.2017
8	Отработка танцевальных движений танца «хоровод».	практика	2	16.11.2017 30.11.2017
9	Ознакомиться с основным шагом танца «турнидос».	теория	1	7.12.2017
10	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1	14.12.2017
11	Отработка танцевальных движений танца.	практика	3	21.12.2017 28.12.2017 11.01.2018
12	Танцы-игры.	игра	1	11.01.2018
13	Основной шаг: подскок с выбросом ноги.	практика	4	18.01.2018 25.01.2018 1.02.2018 15.02.2018
14	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1	1.03.2018
15	Отработка танцевальных движений танца.	практика	1	15.03.2018
16	Подготовка к концерту 8 марта.	практика	4	22.03.2018 29.03.2018 5.04.2018 19.04.2018
17	Танец «Хип-хоп».	практика	2	26.04.2018 3.05.2018
18	Танцы-игры.	игра	1	10.05.2018
19	Подготовка к отчетному концерту.	практика	3	17.05.2018 23.05.2018 24.05.2018
20	Отчетный концерт.	практика	1	31.05.2018
		Всего	34	
Класс <u> 6 </u>				

Количество часов _1_____				
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	1	1.09.2017
2	Элементы русской пляски (дробь).	теория	2	8.09.2017 15.09.2017
3	Дробь, молоточки, «ключ».	теория	2	22.09.2017 29.09.2017
4	Чувствовать характер музыки и передавать его с движениями.	практика	1	6.10.2017
5	Повторение изученных движений.	практика	1	19.10.2017
6	Ознакомиться с основными шагами флэш-моба.	теория	1	26.10.2017
7	Основные фигуры.	теория	1	3.11.2017
8	Отработка танцевальных движений.	практика	2	10.11.2017 1.12.2017
9	Ознакомиться с основным шагом танца «турнидос».	теория	1	8.12.2017
10	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1	15.12.2017
11	Отработка танцевальных движений танца.	практика	2	22.12.2017 29.12.2017
12	Танцы-игры.	игры	1	12.01.2018
13	Повторение танцев.	практика	1	19.01.2018
14	Основной шаг: подскок с выбросом ноги. Роки-н-ролл.	практика	2	26.01.2018 2.02.2018
15	Правила поведения в паре и правила исполнения корпуса в исполнении танца.	теория	1	9.02.2018
16	Отработка танцевальных движений танца.	практика	2	16.02.2018 2.03.2018
17	Подготовка к концерту 8 марта.	практика	4	9.03.2018 16.03.2018 23.03.2018 30.03.2018
18	Танец «Хип-хоп».	практика	2	6.04.2018 20.04.2018
19	Подготовка к отчетному концерту.	практика	5	27.04.2018 4.05.2018 11.05.2018 18.05.2018 24.05.2018
20	Отчетный концерт.	практика	1	31.05.2018
			Всего	34
Класс 7				

Количество часов <u> 2 </u>				
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	2	6.09.2017
2	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «Па-де-спанья».	практика	8	13.09.2017 20.09.2017 27.09.2017 4.10.2017
3	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Русский лирический».	практика	8	18.10.2017 25.10.2017 1.11.2017 8.11.2017
4	Партерная гимнастика.	практика	8	15.11.2017 29.11.2017 6.12.2017 13.12.201
5	Повторение танцев: «па-де-спанья», «русский лирический».	практика	8	20.12.2017 27.12.2017 10.01.2018 17.01.2018
6	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Полька-шотландка».	теория	8	24.01.2018 31.01.2018 7.02.2018 14.02.2018
7	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Полонез».	практика	6	28.02.2018 7.03.2018 14.03.2018
8	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения современной композиции.	практика	8	21.03.2018 28.03.2018 4.04.2018 18.04.2018
9	Подготовка к отчетному концерту.	практика	8	25.04.2018 10.05.2018 16.05.2018 23.05.2018
10	Отчетный концерт.	практика	4	31.05.2018
		Всего	68	
Класс <u> 8 </u> Количество часов <u> 2 </u>				
1	Техника безопасности на уроке «Танцевальные ритмы».	беседа	2	5.09.2017
2	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «фигурный вальс».	практика	8	12.09.2017 19.09.2017 26.09.2017 3.10.2017
3	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «танго»	практика	8	17.10.2017 24.10.2017 31.10.2017 7.11.2017
4	Партерная гимнастика.	практика	4	14.11.2017 28.11.2017
5	Повторение танцев: «фигурный вальс», «танго».	практика	4	5.12.2017 12.12.2017
6	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «ча-ча-ча».	практика	8	19.12.2017 26.12.2017 9.01.2018 16.01.2018
7	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «джайв».	практика	8	23.01.2018 30.01.2018 6.02.2018 13.02.2018
8	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «полонез».	практика	8	27.02.2018 6.03.2018 13.03.2018 20.03.2018

9	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «вальс-мазурка».	практика	8	27.03.2018 3.04.2018 17.04.2018 24.04.2018
10	Подготовка к отчетному концерту.	практика	6	30.04.2018 7.05.2018 15.05.2018 22.05.2018
11	Отчетный концерт.	практика	4	31.05.2018
		Всего	68	
Класс __9__				
Количество часов __1__				
1	Техника безопасности на уроке «Ганцевальные ритмы».	беседа	1	7.09.2017
2	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «фигурный вальс».	практика	12	14.09.2017 21.09.2017 28.09.2017 5.10.2017 19.10.2017 26.10.2017 2. 11.2017 9.11.2017 6.11.2017 30.11.2017 7.12.2017 14.12.2017
3	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Турнидос».	практика	4	21.12.2017 28.12.2017 11.01.2018 18.01.2018
4	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Танго вдвоём» (круговое танго).	практика	12	25.01.2018 1.02.2018 8.02.2018 15.02.2018 1.03.2018 9.03.2018 15.03.2018 22.03.2018 29.03.2018 5.04.2018 19.04.2018 26.04.2018
5	Подготовка к отчетному концерту.	практика	4	3.05.2018 10.05.2018 17.05.2018 24.05.2018
6	Отчетный концерт.	практика	1	31.05.2018
		Всего	34	
Всего по программе:			238	

