

Аннотация
к программе по внеурочной деятельности
общекультурной направленности
«Движение под музыку»

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта и на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: Материал программы рассчитан на 68 часов (2 часа в неделю).

Занятие ритмикой и танцем – это гимнастика с оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под ритмичную музыку преимущественно поточным способом и оформленные танцевальными движениями.

Достоинство музыкально-двигательных занятий как средство воздействия на психическое и физическое состояние ребенка переоценить невозможно. Такие занятия воздействуют на эмоциональную, сердечно - сосудистую, нервно- мышечную, эндокринную системы организма.

Ребята близко знакомятся с многообразием музыкальных жанров, с основными движениями народных танцев, учатся держать себя на сцене, выступать на публике. Формируется двигательная культура ребенка, которая во многом отражает его внутреннее содержание, умение управлять своим телом и эмоциями.

Материал занятий изучается концентрическим методом в течение всего курса. Занятия необходимо проводить с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, не допускать физического утомления, перенапряжения, не злоупотреблять партерной гимнастикой и прыжковыми упражнениями.

Программа предусматривает разучивание детьми разнообразных танцевальных постановках и выступления на различных тематических праздниках.

На занятиях решаются как частные, так и общие задачи - оздоровительные, учебные, воспитательные, развивающие.

- Объем и сроки реализации – 68 часов, 1 год обучения
- Форма обучения – очная
- Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность занятий 40 минут, 10 минут перемена.

Муниципальное образование
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
городской округ город Пыть-Ях
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №6

Согласовано
На методическом совете
Протокол от 29.08.2023 №1
Председатель МС
_____ Я.В. Янекова

Утверждено
Приказом директора
МБОУ СОШ №6
От 30.08.2023 №647-о
Директор МБОУ СОШ № 6
_____ О.Г. Поштаренко

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности**

«Движение под музыку»

Направленность: общекультурная

Возраст обучающихся: 8-13 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:
учитель внеурочной деятельности
Крапивина Елена Васильевна

г. Пыть -Ях
2023г.

Раздел 1 программы «Комплекс основных характеристик образования»

1. Пояснительная записка.

1.1. Актуальность программы

Внеурочная деятельность является неотъемлемой частью образовательной деятельности и организуется по направлениям развития личности: спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное. Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта и на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: Материал программы рассчитан на 68 часов (2 часа в неделю).

Занятие ритмикой и танцем – это гимнастика с оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под ритмичную музыку преимущественно поточным способом и оформленные танцевальными движениями.

Достоинство музыкально-двигательных занятий как средство воздействия на психическое и физическое состояние ребенка переоценить невозможно. Такие занятия воздействуют на эмоциональную, сердечно - сосудистую, нервно- мышечную, эндокринную системы организма.

Ребята близко знакомятся с многообразием музыкальных жанров, с основными движениями народных танцев, учатся держать себя на сцене, выступать на публике. Формируется двигательная культура ребенка, которая во многом отражает его внутреннее содержание, умение управлять своим телом и эмоциями.

Материал занятий изучается концентрическим методом в течение всего курса. Занятия необходимо проводить с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, не допускать физического утомления, перенапряжения, не злоупотреблять партерной гимнастикой и прыжковыми упражнениями.

Программа предусматривает разучивание детьми разнообразных танцевальных постановках и выступления на различных тематических праздниках.

На занятиях решаются как частные, так и общие задачи - оздоровительные, учебные, воспитательные, развивающие.

Педагогическая значимость введения занятий по ритмике направлено на удовлетворение естественной потребности в двигательной активности, танцы способствуют гармоническому развитию личности. Углубленный анализ медицинского осмотра показывает, как одну из наиболее частых патологий патологию опорно-двигательного аппарата, нарушение осанки и плоскостопие. Занятия танцами способствуют профилактике нарушений, формированию ценностного отношения к своему здоровью, воспитанию культуры здорового образа жизни. В процессе освоения

танцевальных композиций у них развивается эмоциональная восприимчивость к музыке, совершенствуются музыкальные способности, прививается вкус.

Практическая значимость состоит в приобщении обучающихся к знаниям танцевальной культуры и приобретению двигательных навыков. Дети начинают понимать, что каждый танец имеет свое содержание, характер, образ. Чтобы передать выразительность танцевальных образов, необходимо запомнить не только движения и их последовательность (что само по себе положительно влияет на развитие внимания и памяти), но и мобилизовать воображение, наблюдательность, что способствует развитию творчества. При занятиях ритмикой у детей происходят положительные личностные изменения и формирование способности к творчеству, в основе которого лежат особые способы отражения мира с помощью специфической модели – художественного образа. Материал программы учитывает сезонные изменения в организме младших школьников: в зависимости от времени года вводятся специфические для этого периода упражнения. Основная идея программы состоит в том, чтобы наряду с общеобразовательными предметами дети получали эстетическое, этическое воспитание. Приобщались к культуре накопленной предыдущими поколениями, повышали духовное развитие, нравственные нормы и развивали творческий потенциал, и, начиная с младшего возраста, могли адаптироваться в окружающем мире.

Методологические основы программы базируются на идеях развивающего и системно - деятельностного подхода работы с детьми, здоровье сохранности. Он посвящён процессу овладения детьми танцевальных движений движениями с музыкальным сопровождением.

1.2. Цель и задачи рабочей программы «Движение под музыку»

Цель программы - является создание условий для проявления и развития ребенком своих интересов на основе свободного выбора, постижения духовно-нравственных ценностей и культурных традиций, посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи программы:

- привить интерес и любовь к хореографическому искусству,
- учить фантазировать и творить посредством пластического искусства,
- выработать осанку, красивую походку, выразительность движений,
- развить чувство ритма и гармонии,
- доступная физическая подготовка детей,
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма
- совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям

- развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора,
- знакомство с различными жанрами музыкальных произведений и обучение умению выполнять движения, соответственно характеру музыки;
- освоение через танцевально-ритмическую деятельность основных элементов народного, бытового, шуточного танцев, а также знакомство с современными направлениями в танце,
- воспитание дисциплинированности, чувства коллективизма, ответственности, культуры поведения и общения;

1.3. Основные принципы реализации.

Данная Программа разработана в соответствии с требованиями современной дидактики и предполагает особое содержание, кроме того она имеет одну важную особенность: она позволяет реализовать педагогическую идею формирования у школьников умения учиться - самостоятельно добывать и систематизировать новые знания.

В этом качестве программа обеспечивает реализацию следующих принципов:

- **принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

- **принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные)

- **принцип доступности**, который требует, чтобы перед обучающимся ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающихся, их возможностей в освоении конкретных элементов.

- **принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся.

1.4. Организация образовательного процесса

- Направленность программы – общекультурная
- Профиль – ритмика (движение под музыку)
- Уровень программы - базовый
- Адресат программы - возраст обучающихся 8 - 13 лет

- Объем и сроки реализации – 68 часов, 1 год обучения
- Форма обучения – очная
- Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность занятий 40 минут, 10 минут перемена.
- По форме организации – групповые, индивидуальные
- Состав группы - постоянный
- Количество обучающихся на занятии – 7 - 30 человек

Программа по внеурочной деятельности «Движение под музыку» составлена в соответствии с правовыми документами, регламентирующими программы внеурочной деятельности:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.09.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 № 06-1844 «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
- Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО-Югры от 06.03.2014 № 229 «Концепция развития дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре до 2020 года».

1.5. Формы и методы проведения занятий.

Содержание программного материала, структура программы и новые ФГОС определяют некоторые особенности методики преподавания данного курса и кардинальные изменения в деятельности учителя, в выборе технологий и дидактических средств.

Формы организации внеурочных занятий: презентации, индивидуальная, групповая, коллективная деятельность.

В процессе обучения используются следующие **методы** организации внеурочной деятельности:

- *ознакомление* - создание общего предварительного представления, об элементе, которое лежит в основе сознательного освоения любого двигательного действия. В результате первичных сведений о новом элементе (форме, амплитуде, направлении приложения усилия, позиции) и двигательного навыка, накопленного в памяти обучающегося, устанавливаются общие связи, обеспечивающие построение исходной программы предстоящих двигательных действий.

- *разучивание, закрепление навыка* - непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совместной работы учителя и обучающегося уточняются представления о динамике движения, осуществляется закрепление двигательного навыка, осуществляется связь с предыдущими изученными движениями.

- *совершенствование техники* - на данном этапе осуществляется твердое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре.

Применение таких методов, технологий и дидактических средств опирается на инициативность, самостоятельность, активность учащихся в ходе занятия ритмикой. При этом задача учителя сводится к тому, чтобы создать условия для их инициативы.

6. Формы оценки результатов.

- Показательные выступления.
- Концерты.

2. Содержание программы.

Учебный план 1 год обучения

| № п/п | Содержание и виды работ | Всего часов |
|-------|--|-------------|
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Инструктаж по технике пожарной безопасности. | 1 |
| 2. | Развитие музыкальности. | 1 |
| 3. | Основные танцевальные термины | 1 |
| 4. | Музыкальная грамота | 1 |
| 5. | Слушание музыки | 1 |
| 6. | Танцевальные шаги | 2 |
| 7. | Ритмическая разминка | 1 |
| 8. | Разучивание танцевальных элементов | 2 |

| | | |
|-----|--|---|
| 9. | Виды шагов, прыжков. | 1 |
| 10. | Ритмы | 1 |
| 11. | Построения и перестроения. | 2 |
| 12. | Развитие динамики | 1 |
| 13. | Изучение элементов танца народов мира | 2 |
| 14. | Элементы классики | 2 |
| 15. | Развитие музыкальности | 1 |
| 16. | Развитие ритмического восприятия. | 2 |
| 17. | Импровизация | 2 |
| 18. | Образные танцы. | 2 |
| 19. | Ритмичные упражнения с предметом. | 2 |
| 20. | Упражнения на пластику. | 2 |
| 21. | Развитие музыкальной памяти | 1 |
| 22. | Развитие двигательной памяти | 2 |
| 23. | Ориентировка в пространстве | 1 |
| 24. | Элементы музыкальной грамоты | 1 |
| 25. | Упражнения на снятие напряжения. | 1 |
| 26. | Пластичная гимнастика | 2 |
| 27. | Упражнения на координацию движений | 2 |
| 28. | Динамические танцевальные движения. | 2 |
| 29. | Правила танцевального этикета. | 1 |
| 30. | Танцевальные этюды | 2 |
| 31. | Самостоятельное выполнение танцевальных этюдов | 2 |
| 32. | Развитие четкости. | 2 |
| 33. | Элементы партерной гимнастики | 2 |
| 34. | Музыкальные игры | 2 |
| 35. | Импровизация | 2 |
| 36. | Ориентировка в пространстве | 2 |
| 37. | Элементы классики | 2 |
| 38. | Элементы народного танца | 1 |
| 39. | Движения в парах | 1 |
| 40. | Комплекс ритмичной разминки | 1 |
| 41. | Ритмические перестроения | 1 |

| | | |
|-----|------------------------------------|----|
| 42. | Прыжки | 1 |
| 43. | Элементы экзерсиса | 1 |
| 44. | Динамические танцевальные движения | 1 |
| 45. | Импровизация | 1 |
| 46. | Танцевальные этюды | 1 |
| 47. | Современный танец | 1 |
| | Всего: | 68 |

Содержание учебного плана.

| № | Название раздела | Количество часов |
|---|--------------------------|------------------|
| 1 | «Ритмическая гимнастика» | 25 |
| 2 | «Танцевальная азбука» | 23 |
| 3 | «Танцевальный репертуар» | 20 |
| | ИТОГО | 68 часов |

Программа 1 года обучения содержит разделы:

-«**Ритмическая гимнастика**»;

-«**Танцевальная азбука**»;

-«**Танцевальный репертуар**».

Раздел «Ритмическая гимнастика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением. Также целесообразно ввести разучивание и использование аэробики, как тренажа, которая помимо развития и укрепления мышц шеи, рук, плечевого пояса, ног, туловища, стопы, развивает детей ритмически, вносит в занятие массу положительных эмоций, доставляет детям радость и удовлетворение от красивых двигательных упражнений, воспитывает эстетически.

Раздел «Танцевальная азбука» содержит элементы классического, народного, бального танца. Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработки координации движений, учат правильно дышать при исполнении упражнений и танцев. Также необходимо в течение первых четырех лет обучения знакомство и тесное взаимодействие детей с партерным экзерсисом, т. е. с гимнастикой на полу. Она способствует укреплению мышц шеи, спины, пресса, тем самым избавляет детей от физического переутомления, улучшает физическую и психическую форму организма, повышает эмоциональность занятия.

Раздел «Танцевальный репертуар» включает классические, народные, бальные, современные танцы в обучающем, постановочном и сценическом варианте. Дополнительное включение в программу обширного танцевального материала

позволяет повысить интерес детей к занятиям и принимать участие в концертах, конкурсах. Это требует от учащихся ответственного отношения к своей художественной деятельности, умение организовать себя и показать на профессиональном уровне полученные хореографические знания, умения, навыки, раскрыть себя на сцене как творческую личность. Раздел танцы подразумевает репертуарную работу.

Ожидаемые результаты и способы их проверки (оценка эффективности занятий).

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения. Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, желание заниматься ритмикой, успешное овладение учащимися требований программы. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу. В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертах, на конкурсах, где они могут показать уровень профессиональной обученности.

Раздел 2 программы «Комплекс организационно-педагогических условий»

Условия реализации программы. Материально – техническое обеспечение.

| № п/п | Наименование основного оборудования и помещения |
|----------|---|
| 1. | кабинет для проведения занятий в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14. |
| 2. | шкафы или стеллажи для хранения и демонстрации работ, а так же стенды для размещения наглядных пособий. |
| 3. | мультимедиа проигрыватель, входящий в состав операционной системы |
| 4. | коллекции цифровых образовательных ресурсов (аудио-, видео-, фото-, интернет-источники) |
| 5. | зеркала |

Учебно-методические материалы.

Учебно-методический материал скомплектован по следующим разделам:

- Вводное занятие;
- История развития танца;
- Игры, беседы,;
- Творческие встречи;
- Практические занятия;
- Видео-просмотры;
- Этюды-импровизации;
- Итоговое занятие.

Для обучения используется:

1. методическая литература;
2. дидактические и развивающие игры;
3. информационные интернет ресурсы;

Кадровое обеспечение

- Заместитель директора по УВР – составляет расписание кружковой работе, осуществляет педагогический контроль за выполнением программного материала.
- Заместитель директора по МР – осуществляет контроль методики преподавания и программного обеспечения.
- Педагог внеурочной деятельности - осуществляет организацию и обучение программного материала, обеспечивает безопасные условия для проведения занятия, несет ответственность за охрану жизни и здоровья обучающихся.

Требования к кадровому составу

К реализации программы допускаются лица, имеющие высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области организаторской деятельности без предъявления требований к стажу работы или высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительная профессиональная подготовка в области организации досугово-развлекательной деятельности без предъявления требований к стажу работы.

ЛИТЕРАТУРА

- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с. - Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с. - Голицина Н.С.
- Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с. - Зарецкая Н., Роот З.,
- Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с. –
- Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика.- М.: Линкапресс, 2006. - 272 с. - Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.