


Министерство образования Республики Саха (Якутия)

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кырыкыйская основная общеобразовательная школа

678325 Верхневиллойский улус, село Кырыкый, ул. Советская 4, тел.: 8-41133-24126

<p>Рассмотрена на заседании МО <u>Начальных классов</u> Протокол № <u>1</u> <u>«09» сентябрь</u> 2015 г.</p>	<p>Согласовано: Заместитель директора по УР <u>Ж.А. Егорова</u> /Егорова Ж.А./ <u>«04» сентябрь</u> 2015 г.</p>	<p>Утверждено: Директор МБОУ КООШ <u>В.П. Николаев</u> /Николаев В.П./ Приказ № <u>409-1</u> от <u>«09» сентября</u> 2015 г.</p> 
--	---	--

**Рабочая программа
по ВУД :
«Спортивно-бальные танцы»
4 класс
2015 – 2016 учебный год**

Составитель:

Торговкин. В.В., учитель начальных классов
МБОУ КООШ.

Пояснительная записка

Направленность образовательной программы

Программа «Спортивно-бальные танцы» представляет дополнительный образовательный курс общекультурной направленности. Программа составлена на основе программ: «Спортивно-бальные танцы» под редакцией Е.И.Мошковой, рекомендованной Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования РФ.

Ключевые аспекты программы учитывают цели и задачи образовательной программы и программы развития школы.

Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к структуре основной образовательной программы (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от « 6 » октября 2009 г. № 373) .

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования.

Актуальность проблем художественно-эстетической направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования (Мин. обр. РФ от 29.11.01). В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Проблема формирования у учащихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимостью ее теоретического осмысления и верного практического решения.

Содержание курса направлена на воспитание творческих, компетентных и, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Особенностью программы является то, что, программа включает в себя изучение трех направлений танцевального искусства: балльного, современного и национального, который, в свою очередь, воспитывает в учащихся уважение к национальным традициям.

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

Оригинальность данной программы – это развитие творческого мышления учащихся. Занятия танцами и ритмикой дают заряд положительными эмоциями, раскрепощают, развивают пластику, обогащают разнообразием ритмов танцевальный опыт учащихся.

Программа позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. В программу «Ритмика и танец» включены упражнения и движения классического, народного и балльного танцев, доступные детям 7-10 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Цели и задачи обучения.

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественно-творческих способностей средствами ритмики и танца с учетом их индивидуальных способностей.

Основные задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из четырех разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать*).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок». В 4 классе дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Содержание курса направлено на общекультурном воспитании, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у обучающихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Актуальность выбора курса

Рост числа заболеваний среди школьников за последние годы стремительно набирает темпы. Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудности организации здоровьесберегающего обучения школьников, особенно младших классов. На современном этапе актуальной становится задача обеспечения школьного образования без потерь здоровья учащихся. Всемирная организация здравоохранения определила здоровье как состояние “полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов”. Физические движения – это естественно-биологический метод, в основе которого лежит обращение к основной биологической функции организма – мышечному движению. Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Одна из задач курса — привить учащимся культуру общения с одноклассниками, в паре в танце, с окружающими. Эта задача успешно решается путем организации танцевальных праздников, конкурсов, танцевальных игр и соревнований.

Приобретая опыт пластической интерпретации музыки на занятиях ритмикой, ребенок овладевает двигательными навыками и умениями, приобретает опыт творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения, развивает внимание, волю, память, подвижность мыслительных процессов, творческое воображение, способность к импровизации в движении под музыку.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Программа “спортивно – бальные танцы” ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- **личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- **метапредметные результаты** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.
- **предметные результаты** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Содержание учебного курса

Внеурочная деятельность “спортивно – бальные танцы” включает разминку, общеразвивающие упражнения и дискотанцы.

Планируемые результаты освоения программы.

Программа по внеурочной деятельности «Спортивно-бальный танец» способствует формированию у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности. В этом направлении приоритетными для учебного курса являются умения:

- иметь представления о пространстве и ориентироваться в нем;
- передавать в движении нюансы музыки;
- приобретение навыков коллективных действий;
- осуществление самоконтроля;

На конец 1-го года обучения обучающиеся:

- ориентируются в танцевальной и маршевой музыке;
- знают музыкальный размер (2/4, 4/4), умеют двигаться в такт музыке; могут воспроизвести ритмический рисунок;
- владеют основными движениями: исполнять марш, бег, прыжки; владеют навыками актерской выразительности;
- умеют технически грамотно исполнять фигуры программных танцев; знают поклон, позиции рук и ног;

Каждый ребёнок, занимаясь танцами, изучая необходимые движения, развивает в себе трудолюбие, стремление к самосовершенствованию, формирует адекватную самооценку. Изучение истории развития и появления танцев активизирует уважительное отношение к культуре своего российского народа, к толерантному отношению к представителям народов России. При подготовке к выступлениям учащиеся приобретают навыки сотрудничества и общения со сверстниками и взрослыми. А выступая перед родителями, активизируется ценностное отношение к ним и своей семье.

**Учебно-тематический план
1-й год обучения**

1 четверть 9 часов

Название разделов	Количество часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие	1		
Азбука музыкального движения	2		
Развитие пластики тела	1		
Танцевально-ритмическая гимнастика	3		
Танец	1		
Итоговое занятие	1		
Итого:	9		

2 четверть 5 часов

Название разделов	Количество часов		
	всего	теория	практика
Азбука музыкального движения	2		
Развитие пластики тела	1		
Танцевально-ритмическая гимнастика	1		
Танец	1		
Итого:	5		

3 четверть (12ч.)

Название разделов	Количество часов		
	всего	теория	практика
Азбука музыкального движения	2	1,5	1,5
Развитие пластики тела	2	1,5	1,5
Танцевально-ритмическая	4	1,5	1,5

гимнастика			
Танец	4	1,5	1,5
Итого:	12	6	6
Название разделов	Количество часов		
	всего	теория	практика
Азбука музыкального движения	2		
Развитие пластики тела	5		
Танец	2		
Итого:	9		

4 четверть (9 часов)

Календарно-тематический план

№	План. дата	Факт. дата	Название темы	Количество часов
I четверть 9ч.				
Вводное занятие (1 час)				
1	2.09		Что такое «Ритмика»? Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон), постановка корпуса, игра «Знакомство».	1
Азбука музыкального движения (2 часа)				
2	9.09		- Ритмическое исполнение мелодий (хлопки, выстукивание, притопы) - Понятия движения правой и левой руки.	1
3	16.09		- Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Характер, темп танцев. - Упражнения на ориентацию в пространстве	1
Развитие пластики тела (1 час)				
4	23.09		- Упражнения на формирование правильной осанки - Упражнения на растяжку и развитие пластики тела - Упражнения для рук	1
Танцевально-ритмическая гимнастика (3 часа)				
5	30.09		Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг)	1
6	7.10		Общеразвивающие упражнения. Ритмическая композиция «Ладосшки»	1
7	14.10		- Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны - Позиции рук. Позиции ног.	1
Танец				

8	21.10		Бальный танец «Вальс». История возникновения, характерные особенности, основные движения	1
9	28.10		Итоговое занятие	1
2 четверть 7ч.				
Азбука музыкального движения				
10	11.11		Комплекс упражнений на формирование правильной осанки.	1
11	18.11		Точки класса. Игра «Найди свой путь», «Музыкальные змейки». Движения по линии танца.	1
Развитие пластики тела				
12	25.11		Упражнения на формирование правильной осанки. Ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная; умение пройти под музыку	1
Танцевально-ритмическая гимнастика				
13	2.12		Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук.	1
Танец				
14	9.12		Спортивно-бальный танец «Вальс» и «ча-ча-ча» История возникновения, характерные особенности, основные движения	1
3 четверть 12ч.				
Азбука музыкального движения				
15	16.12		Гимнастическое дирижирование (тактирование на музыкальный размер 4/4). Движение по диагонали.	1
16	23.12		Музыкально-подвижные игры для развития музыкальности и слуха.	1
Развитие пластики тела				
17	13.01		Упражнения для улучшения гибкости ОРУ	1
18	20.01		Комплекс упражнений на формирование правильной осанки.	1
Танцевально-ритмическая гимнастика				
19	27.01		Синхронность и координация движений под музыку.	1

20	3.02		Общеразвивающие упражнения. Пантомима. Игра «Мы веселые ребята»	1
21	10.02		Ритмическая композиция	1
22	24.02		Бег (легкий, стремительный, широкий). Прыжки.	1
Танец				
23	2.03		Разучивание танцевальных элементов «ча-ча-ча».	1
24	9.03		Разучивание танцевальных элементов «Вальс»	1
25	16.03		Закрепление танцевальных элементов «Вальс» и «ча-ча-ча».	1
4 четверть 9ч				
Азбука музыкального движения				
26	6.04		Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, змейка	1
27	13.04		Музыкально-подвижные игры	1
Развитие пластики тела				
28	20.04		Упражнения на растяжку.	1
29	27.04		Комплекс упражнений на формирование правильной осанки.	1
30	4.05		Разучивание танцевальных элементов «Вальс» Общеразвивающие упражнения.	1
31	11.05		Спортивно-бальный танец «Вальс» и «ча-ча-ча» История возникновения, характерные особенности, основные движения	1
Танец				
32	18.05		Бальный танец «Вальс (закрепление)	1
33	25.05		Итог бальный танец «Вальс» и «ча-ча-ча»	1

Литература

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва. 2000 год.
2. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов-на-Дону. 2003. год.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
- 4.Телегин А.А. Танцуем джайв и рок-н-рол. Ростов-на-Дону.2004г.
- 5.Картавых Н., Карпович О. Школа танцев для детей. СПб: «Ленинградское издательство».2011