

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №33 Г.ЛИПЕЦКА  
ИМЕНИ П.Н. ШУБИНА**

Рассмотрена на заседании ПК  
гуманитарных наук  
Протокол № 1 от 27.08.2019г.

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от  
28.08.2019г

«Утверждаю»   
Директор МБОУ СШ №33  
г.Липецка  
И.В.Знаменщикова  
Приказ № 300 от 28.08.2019



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ТАНЦЫ НАРОДОВ МИРА»  
ДЛЯ 10-11 КЛАССОВ**

**Составитель**  
Литвина А.П.,  
педагог -организатор  
МБОУ СШ №33 г Липецка

**2019-2020 учебный год**

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности

### «Танцы народов мира»

Приобретение социальных знаний и навыков: ребенок приобретает первичные сведения об искусстве танца, о способах и средствах изучения танцевальных движений, знакомится с методами освоения физических навыков. Формируется мотивация к здоровому образу жизни через внеурочную деятельность.

1. Начальные навыки - некоторые минимальные умения, которые позволяют человеку вступать в контакт с другими людьми, участвовать в разговоре.

2. Самовыражение в разговоре - умение выразить свои чувства и переживания или передать информацию другому человеку.

3. Реакция на мнение другого человека в разговоре или на то, что он переживает.

- Откликнуться на переживания другого человека (эмпатия) - попытаться понять то, что чувствует другой человек и выразить ему свое понимание.
  - Выполнение указаний - строго следовать инструкции и выполнять соответствующие действия.
  - Реакция на неудачу - выделить, что в действиях было неправильно и что можно изменить, чтобы более успешно действовать в будущем.
4. Навыки планирования предстоящих действий - спланировать и как следует подготовиться к предстоящему действию..

- Решить, какая специальная информация нужна, и обратиться за ней к компетентным людям.
  - Сосредоточиться на выполнении задания, создать такие условия, которые позволят сделать работу эффективно.
  - Оценка собственных способностей - честно и беспристрастно оценить свои способности, чтобы определить, насколько компетентны в соответствующем деле.
  - Выделение приоритетных проблем - решить, какая из проблем наиболее важная, и какая должна быть решена в первую очередь.
  - Принять решение - оценить, какое из возможных решений является наиболее реалистичным, наметить наиболее реальный образ действий.
5. Альтернативы агрессивному поведению - каким образом избежать конфликта и разрушения отношений или вести себя в конфликтной ситуации наиболее продуктивным способом.

- Релаксация – умение успокаиваться и расслабляться

- Самоконтроль – умение овладеть собой, не допуская срыва..
- Помочь другому человеку, когда он не может сам справиться со своими проблемами.
- Самоутверждение - отстаивать свою позицию, показав другим, что учащийся хочет, испытывает или думает по поводу чего-либо.

Формирование позитивного отношения к базовым ценностям общества: развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

Приобретение опыта самостоятельного действия: приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта волонтерской деятельности; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.:

Обучающиеся получают возможность:

- овладеть коммуникативными навыками;
- осознать свою значительность в коллективе;
- развить ритмичность и музыкальность;
- пользоваться профессиональной терминологией;
- слушать музыку
- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- чувствовать и ценить красоту;
- стать социально-активной личностью;
- иметь хорошую координацию движений;
- быть внешне и внутренне свободными.

Приобретение опыта самостоятельного действия: в процессе тренировочных занятий дети научатся самостоятельно:

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело,
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- исполнять движения классического экзерсиса.
- исполнять простейшие движения русского и других народных танцев.

## **Содержание курса внеурочной деятельности «Танцы народов мира» с указанием форм организации и видов деятельности**

### **1. Вводное занятие. (1 час)**

Рассказ о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

### **2. Народно - сценический танец (5 часов)**

Цикл бесед о разнообразии видов и жанров хореографии. Бальные танцы - танго, вальс, полька, краковяк. Народные танцы - русские народные, испанские танцы, танцы Казахстана, Китая, Африки, Индии. Особенности восточного танца - Турция, Сирия, Египет. Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства, искусство миллионов. Современные танцы XX века - чарльстон, рок-н-ролл, свободные танцы, джазовые танцы, твист, танец модерн.

Практическая часть: Экзерсис у станка и на середине зала. Экскурс в историю народа, рассказ о его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и костюме. Концертные занятия.

### **3. Танец сегодня. (1 час)**

Практическая часть: изучение разминки в стиле джаз-модерн

### **4. Игровые занятия. (3 часа)**

Практическая часть: Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош». «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Музыкальный теремок». «Игры на развитие актёрского мастерства»

### **5. Ритмика. (3 часа)**

Теоретическая часть: Что такое ритм. Виды ритмов. Практическая часть: Ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения на развитие музыкальности: музыкальное восприятие, представления о выразительных

средствах музыки развивать чувство ритма. Слушание классических мелодий, современной музыки, анализ и разбор музыкальных произведений.

#### **6.Репетиционно-постановочная работа. (10 часов)**

**Практическая часть:** общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Показ танца. Отработка танца.

#### **7. Азбука классического танца. (6 часов)**

**Теоретическая часть:** расширение знаний в области классических терминов «па», изучение и исполнение классического экзерсиса. Выполняя движение классического экзерсиса, дети приобретают aplomb , выразительность и четкость в движениях, что важно для любого танцовщика. Оздоровительный момент экзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

**Практическая часть:** изучение классического экзерсиса у станка

#### **8. Партерная гимнастика. (5 часов)**

**Теоретическая часть:** Партерная гимнастика - один из видов двигательной активности. Развитие двигательного аппарата ребенка и оснащать его необходимыми знаниями, умениями, навыками. Основы гимнастики. Формирование базы двигательных действий, знаний гимнастической терминологии,

**Практическая часть:** обучение гимнастическим упражнениям и основным элементам. Гимнастические игры и задания. Стретчинг (развития гибкости и подвижности суставов, формирования мышечного чувства и умения владеть своими движениями). Суставная гимнастика (повышение уровня подвижности суставов, укрепление суставов и мышц, развитие координации движений и умения согласовывать свои двигательные действия с другими детьми).

#### **9. Занятие с элементами импровизации. (1 час)**

**Практическая часть:** Концентрация внимания на образе предметов, природных явлений, характерах, животных и т.д. Передача образов через движения, пластику, мимику, жесты СС

**Формы организации занятий:** практическое занятие, беседа, экскурсия, в том числе виртуальная, обучающая игра, творческая мастерская, проектная и исследовательская работа.

**Виды деятельности:** парная, групповая, коллективная, индивидуально-обособленная, игровая, продуктивная и репродуктивная, познавательно-исследовательская, проектная, коммуникативная, творческая, стретчинг, партерная гимнастика, сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры, направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, обучающая игра, музыкальные игры.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	-
2	Народно-сценический танец	2	3
3	Танец сегодня	-	1
4	Игровые занятия	-	3
5	Ритмика	-	3
6	Репетиционно - постановочная работа	-	9
7	Азбука классического танца	1	5
8	Партерная гимнастика	1	4
9	Занятие с элементами импровизации	-	1
	Итого часов	5	29
		34	

