

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №168  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

 <p>УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ гимназии №168 /С.А. Лебедева Приказ № 85-1/0 от 30 августа 2017 г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР /Г.Н. Рудник 28 августа 2017 г.</p>
<p>РАССМОТРЕНО На заседании МО Учителей начальных классов Протокол № 1 от 24 августа 2017 г. Руководитель МО /И.Г. Петрова</p>	<p>ПРИНЯТО решением педагогического совета протокола №1 от 30 августа 2017года</p>

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

«Капельки»

1а, 1б класс

2017-2018 учебный год

Ф. И.О. учителя

А.В.Климова

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

2017

## **1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа внеурочной деятельности общекультурного направления «Капельки» разработана в соответствии с нормативными документами.

### **Нормативная основа программы**

- Федеральный государственный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. № 373.
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- Программа «Капельки» составлена на основе программы по хореографии для детей 1-4 классов, утвержденной Министерством образования 06.03.2001г.
- Образовательная программа НОО ГБОУ гимназии №168 Центрального района Санкт-Петербурга – 2017г.
- План внеурочной деятельности ГБОУ гимназии №168 Центрального района Санкт-Петербурга – 2017-2018г.

Программа «Капельки» предназначена для преподавания основ хореографического искусства для детей 8 –14 лет в рамках дополнительного образования.

Содержание программы предусматривает систематическое и последовательное обучение в рамках аудиторных и внеаудиторных занятий, ориентирована на 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 азов классического танца, изучение танцевальных элементов, и народных танцев, и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу «Капельки» включены упражнения и движения классического, народного танцев, доступные детям 8-14 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.

Приходя на занятия 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.

Занятия хореографией способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивает эстетический вкус, культуру поведения и общения.

### **Цели обучения:**

- изучение традиционных народных танцев, традиций, обычаев, обрядов, истории и культуры своей родины;
- формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами танца;
- воспитание культуры движения;
- развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни.

### **Задачи обучения:**

- формировать первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- способствовать эстетическому развитию, самоопределению ребёнка, организации здорового и содержательного досуга;
- прививать интереса к занятиям, любовь к танцам;
- развивать танцевальные и музыкальные способности, двигательную память, осмысленность исполнения танцевальных движений, внимание, творческие способности, выразительность;
- дать представление о танцевальном образе, характере исполнительского мастерства.

### **Принципы обучения:**

Процесс обучения в курсе хореографии в основном направлен на реализацию дидактических принципов:

1. Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.
2. Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.
3. Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.
4. Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.
5. Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:
  - безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
  - глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
  - создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;
6. Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные:**

1. Владение умениями и навыками (физическими качествами).
2. Демонстрировать результаты.
3. Владеть способами оздоровительной деятельности (самостоятельно выполнять и проводить различные комплексы упражнений).
4. Владеть способами творческой деятельности (участие в творческих конкурсах).
5. Владеть правилами поведения на занятиях (нормы техники безопасности, личной гигиены и занятий).

#### **Метапредметные:**

1. Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий, их планирования и наполнения содержанием.
2. Владение умениями выполнения двигательных и физических упражнений базовых видов спорта, активно их использовать.
3. Владение способами наблюдения показателями индивидуального здоровья.

**Предметные:**

1. Способность отбирать танцевально-ритмические упражнения, составлять из них индивидуальные комплексы.
2. Способность составлять планы занятий с использованием танцевально-ритмических упражнений разной педагогической направленности.
3. Умение совместно с преподавателем проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических качеств деятельности.

**2. Учебно-тематический план.**

№ п/п	Наименование разделов, блоков	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Аудиторные	Внеаудиторные	
<b>I год обучения</b>					
<b>1</b>	<b>Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»</b>  1. Элементы музыкальной грамоты. 2. Музыкально — ритмические упражнения, гимнастика. 3. Построения и перестроения. 4. Слушание музыки.	9	3	3	Выполнение ритмических упражнений; построение и перестроение; вовлечение в игровую деятельность; анализ действий; обогащение музыкально — слуховых представлений.
<b>2</b>	<b>Раздел «Танцевальная азбука»</b>  1. Элементы Классического танца. 2. Элементы Народно — сценического танца.	8	4	4	Наблюдение, анализ действий, элементов, позиций рук и ног в классическом танце; сопоставление и копирование движений; развитие осанки.
<b>3</b>	<b>Раздел «Танец»</b>  1. Детские бальные и народные танцы. 2. Образные танцы (игровые).	8	4	4	Выполнение тренировочных упражнений на середине зала; ритмические упражнения,

	3. Постановка танцевальной композиции.				разучивание танцевальных композиций; двигательная активность; подражание.
4	<b>Раздел «Беседы по хореографическому искусству»</b>  1. История балета. 2. Танцы народов РФ.	4	2	2	Наблюдение, прослушивание и просмотр записей фрагментов из балетов, творческих концертов.
5	<b>Раздел «Творческая деятельность»</b>  1. Игровые этюды. 2. Музыкально — танцевальные игры.	8	4	4	Игровая деятельность, наблюдение, инсценирование.
	<b>Итого: 34</b>				

### Тематическое планирование занятий студии «Капельки»

#### 1-й год обучения

№ урока	Тема урока	Планируемый результаты	Дано	
			план	факт
1.	Введение. Что такое танец? Инструктаж по Т.Б.	Инструктаж по Т.Б.		
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	Познакомить учащихся с основными правилами хореографии		
3.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притопы)	Начать приучать детей к танцевальной технологии.		
4.	Понятие о правой и левой руке, правой и левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	Научить правильно исполнять упражнения		
5.	Поза исполнителя .Зритель исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю	Познакомить учащихся с правилами хореографии.		
6.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы	Развивать кругозор.		

7.	Танцевальная зарядка. Упражнение для рук.	Научить основным танцевальным правилам		
8.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	Познакомить учащихся с понятием ритмическая схема, игра		
9.	Ритмические упражнения с предметами (мяч, обруч, платок).	Научить упражнениям с предметами.		
10.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	Познакомить учащихся с танцевальными формами.		
11.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	Познакомить учащихся с понятием этюд, пантомима.		
12.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластическая гимнастика.	Научить основам гимнастики		
13.	Синхронность и координация движения, используя танцевальные упражнения.	Научить координации		
14.	Упражнения для профилактики плоскостопия	Научить основам гимнастики		
15.	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для формирования правильной осанке	Познакомить учащихся с понятием дыхательная гимнастика		
16.	Упражнение для суставов. Разминка «Буратино»	Научить основам гимнастики		
17.	Упражнения на расслабление мышц	Научить основам гимнастики		
18.	Упражнения на расслабление мышц	Научить основам гимнастики		
19.	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри»	Познакомить учащихся с понятием пантомима		
20.	Музыкальные, танцевальные темы	Познакомить учащихся с понятием тема в хореографии		
21.	Разучивание простейших танцевальных элементов.	Научить правильно выполнять упражнения		
22.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения	Познакомить учащихся с понятием характер исполнения		
23.	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движения	Подход к хореографической терминологии		
24.	Правила танцевального этикета	Познакомить учащихся с правилами танцевального этикета		
25.	Аэробика	Познакомить учащихся с		

		основами аэробики		
<b>26.</b>	Элементы аэробики	Разучить основные движения аэробики		
<b>27.</b>	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце	Познакомить учащихся с основами музыкальной грамоты		
<b>28.</b>	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	Развивать у учащихся музыкальный слух		
<b>29.</b>	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Развивать музыкальный слух и ритм		
<b>30.</b>	Ритмические упражнения	Научить правильно выполнять упражнения		
<b>31.</b>	Гимнастика. Parter	Научить правильно выполнять упражнения		
<b>32.</b>	Гимнастика. Parter	Научить правильно выполнять упражнения		
<b>33.</b>	Фигуры в танце «квадрат», «круг», «линия»	.Научить правильно выполнять упражнения		
		Итого:	<b>33ч</b>	