

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Степаненская средняя общеобразовательная школа»  
Кезского района Удмуртской Республики

Рассмотрена на заседании методического совета  
школы

Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_ 20\_\_ г.

Принята на заседании педагогического совета

Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_ 20\_\_ г.

Утверждено

Приказ № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_ 20\_\_ г.

Директор школы: \_\_\_\_ /Пантелеева И.С./

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности «Непоседы» для учащихся 3 класса  
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Пыжьянова Е.И., учитель I квалификационной категории  
МБОУ «Степаненская СОШ»

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Непоседы» включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы и тематическое планирование.

**Целью** программы является способствование формированию танцевально-ритмических умений и навыков, художественно – эстетических способностей обучающихся; воспитание интереса к искусству танца; формирование представления о понятиях общих и специальных в области хореографии.

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

- научить выполнять упражнения для развития тела;
- обучить музыкальной грамотности средствами хореографии;
- разучить отдельные элементы танца;
- учить логичности и грамотности построения танцевальных движений;
- формировать специальные знания, умения и навыки, необходимые для успешной танцевальной деятельности;
- приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знание детей о танце, его истории;
- познакомить детей с различными видами танцев;
- создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности, а также поэтапного освоения детьми различных видов творчества;
- развивать у учеников художественный вкус, музыкальность;
- развивать чувство такта, темпа;
- развивать координацию движений, тренировать суставно - мышечный аппарат;
- развивать силу ног, пластичность рук, гибкость тела, эластичность мышц и подвижность суставов;
- развивать лёгкость в выполнении упражнений;
- развивать технику исполнения движений, актёрскую исполнительность;
- развивать индивидуальные творческие способности учащихся;
- развивать творческое воображение;
- развивать коммуникативные качества личности;
- развивать у детей интерес к танцевально - игровой деятельности;
- воспитывать чувство уверенности, чувство ответственности;
- воспитывать сосредоточенность на занятиях;
- формировать у воспитанников навыки индивидуальной и коллективной деятельности;
- воспитывать чувство ответственности за дело, волю, аккуратность, дисциплинированность, инициативность, эмоциональную открытость и отзывчивость;
- воспитывать настойчивость в преодолении трудностей, достижении поставленных задач;
- способствовать социокультурному развитию личности воспитанника в процессе учебных занятий, концертных выступлений, музыкально – театральной и досуговой деятельности;
- формировать культуру общения со сверстниками и взрослыми;
- воспитывать нравственные и духовные качества через соответствующий подбор репертуарных произведений.

Программа рассчитана для обучающихся 3 классов, на 1 год обучения. 70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность обучающихся. Это: репетиции, концерты, конкурсы, праздники, подготовка костюмов. Остальное время распределено на проведение тематических бесед, просмотр электронных презентаций, видеофильмов. Для успешной реализации программы будут использованы Интернет-ресурсы.

### **Место курса внеурочной деятельности в учебном плане**

Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

## Содержание курса внеурочной деятельности

**Введение.** Правила поведения на уроке. Изучение строения человеческого тела. Оказание первой медицинской помощи.

**Ритм – класс. Подготовка к занятиям.** Беседа «Танец в нашей жизни». Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг. Дыхание. Как проверить пульс. Что такое разминка. Зачем она нужна. Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения. Формы организации и виды деятельности: беседа, практическое занятие, игра. **Основа танца - залог успеха.** Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперед», руки «лодочкой», «круглые руки». Положение рук в народных танцах: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. «Парный танец» - музыка народная. Позиции рук. Позиции ног. **Ходьба разного характера.** Марш. Марш со сменой ведущих. Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях. **Движения в соответствии с характером музыки.** Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. «Мячики» - этюд муз. Шитте. **Упражнения для рук.** Ветерок и ветер. Мельница. Импровизации. «Колокола», «Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».

**Постановочная работа. Народные танцы.** Изучение основных построений и рисунков народных танцев с их отличительными элементами. Русский танец. Танцы других народов. Формы организации и виды деятельности: практическое занятие. **Виды танца.** Танец стиля модерн. Техника современного танца. **Бальные танцы.** Вальс. Ча-ча-ча.

**Репетиционная работа.** Отработка и детальный разбор номера. Отработка всего номера.

**Итоговое занятие.** Концерт.

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты:

- формирование представлений о хореографическом искусстве как части общечеловеческой культуры;
- формирование представлений о значимости общекультурных компетенций в развитии современного общества;
- формирование и развитие универсальных учебных умений самостоятельно определять, высказывать, исследовать и анализировать, соблюдая самые простые общие для всех людей правила поведения при общении и сотрудничестве.

### Метапредметные результаты:

#### Регулятивные УУД:

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с педагогом ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о танцах, синхронном движении. Наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства во внеурочной деятельности.

#### Познавательные УУД:

- приобретать знания об основах рационального питания;
- навык умение учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью тренера.

#### Обучающиеся научатся:

- готовиться к занятиям, вставать в пары, находить своё место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку приветствовать педагога, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться по шеренге в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и двигаться по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции педагога;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

#### Коммуникативные УУД:

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

### Предметные результаты

#### Обучающийся будет знать:

- что такое музыка, ритм, музыкальный такт, музыкальная фраза, уметь различать сильные и слабые доли такта;
- основные позиции ног и рук, знать - как правильно держать спину, руки, голову во время исполнения танцев и движений;
- принципы и различие положения корпуса, работы стопы, ног при исполнении танцев европейской и латиноамериканской программы;
- различать характер различной музыки, музыкальный размер и ритмические особенности танца;
- правила поведения на занятиях, технику безопасности во время занятий и на пути следования домой.

#### Обучающийся будет уметь:

- выполнять различные упражнения для укрепления мышц, правильно ставить вес на ногу, правильно исполнять шаги вперёд, назад и в сторону в зависимости от характера танца, ровно держать спину не втягивая голову в плечи;
- под музыкальное сопровождение исполнять сольно и в паре танцы: Полька, Вару-вару, Рилио, Дisko, а также основные движения и фигуры танцев европейской программы: Медленный вальс основные движения и фигуры танцев латиноамериканской программы: Самба, Ча-ча-ча, в запланированном объёме;

- выступать в танце на сильную долю такта;
- вступать и исполнять различные виды шагов (с носка; марш; с каблука; на п/пальцах), и движений (прыжки; подскоки; хлопки; галоп) музыкально грамотно;
- перемещаться по рисунку в классе чередуя различные танцевальные шаги;
- исполнять движения, сохраняя правильную постановку корпуса;
- напрягать и расслаблять свой мышечный аппарат.

### План мероприятий

№ п/п	Мероприятие	Ответственный	Сроки проведения	Примечание
1	Итоговый концерт	учитель 3 класса	Май	

### Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятия
		Всего	Контрольные работы		
1	Введение	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Беседа
2	Подготовка к занятиям	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Игры-миниатюры
3	Основа танца – залог успеха	3		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Парный танец, игры
4	Ходьба разного характера	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Марш, танцевальные движения
5	Движения в соответствии с характером музыки	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Хоровод, игры, музыкальный этюд
6	Упражнения для рук	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Музыкальные игры
7	Народные танцы	8		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Игры, миниатюры, музыкальный этюд
8	Виды танца	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Игры, миниатюры, музыкальный этюд
9	Бальные танцы	5		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Игры, миниатюры, музыкальный этюд
10	Репетиционная работа	7		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Музыкальные игры, этюды
11	Итоговое занятие	1	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Концерт
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>1</b>		

### Поурочное планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		Воспитательный компонент содержания программы
		Всего	Контрольные работы	
1	Введение	1		<p>установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;</p> <p>-побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;</p> <p>-привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;</p> <p>-использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;</p> <p>-инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.</p> <p>-включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных</p>
2	Танец в нашей жизни	1		
3	Упражнения на осанку и разминка	1		
4	Положения рук в детских танцах	1		
5	Положение рук в народных танцах	1		
6	Положение рук во время движения	1		
7	Марш	1		
8	Шаг	1		
9	Хороводный шаг	1		
10	Пружинящий шаг	1		
11	Упражнения для рук	1		
12	Основные построения и рисунки народных танцев	1		
13	Русский народный танец	1		
14	Русский народный танец	1		
15	Русский народный танец	1		
16	Танцы других народов	1		
17	Танцы других народов	1		
18	Танцы других народов	1		
19	Танцы других народов	1		
20	Танец стиля модерн	1		
21	Техника современного танца	1		
22	Вальс	1		
23	Вальс	1		
24	Ча-ча-ча	1		
25	Ча-ча-ча	1		
26	Ча-ча-ча	1		
27	Отработка и детальный разбор номера	1		
28	Отработка и детальный разбор	1		



	номера			
29	Отработка и детальный разбор номера	1		<p>межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;</p> <p>-инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.</p>
30	Отработка танцев	1		
31	Отработка танцев	1		
32	Отработка танцев	1		
33	Отработка танцев	1		
34	Концерт	1	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	