

Ханты-Мансийский автономный округ – Югра
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 9»

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете
Протокол № 1
от 30.08.2023 года

Утверждаю
Директор МАОУ «СОШ № 9»
М.И. Макаров
Приказ № 731/О от 30.08.2023г.



Приложение к основной образовательной программе начального общего образования
Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 9»

**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Спортивные бальные танцы»
для обучающихся в возрасте 5 – 10 лет**

Содержание программы

1. Пояснительная записка.
2. Результаты освоения программы внеурочной деятельности.
3. Содержание программы внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.
4. Тематическое планирование.

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Спортивные бальные танцы» для обучающихся в возрасте 5-10 лет разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012 г., приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года от 04.09.2014 г. № 1726-р., санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН РФ (2.4.4.3172-14) от 04.07.2014 г., требованиями Всемирной федерации танцевального спорта (ВФТС) к фигурам, изучаемым в определённых возрастных категориях учащихся, Программе «Развитие танцевального спорта в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре до 2021 года», «Правилами исполнения программы на конкурсах» Региональной спортивной общественной организации «Федерация танцевального спорта Ханты-Мансийского автономного округа - Югры».

Одним из приоритетных направлений в решении региональной стратегической задачи обновления содержания и технологий образования, развития вариативности образовательных программ является внедрение новых стандартов образования, основанных на компетентностном подходе и обеспечивающих повышение функциональной грамотности школьников автономного округа. Содержание данной программы учитывает основные задачи развития образования в регионе, стратегию школы и направлено на решение учебно-воспитательных задач с учетом возрастных особенностей детей.

Данная программа внеурочной деятельности направлена на развитие эстетического вкуса, культуры поведения и общения, художественно - творческих и танцевальных способностей, фантазии, памяти, обогащение кругозора. Занятия танцами направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности. Программа учитывает требования образовательной программы. Направлена на достижение цели в соответствии с учебным планом школы и требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, программа направлена на профессиональное ориентирование учащихся.

Уроки танца повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку.

Программа рассчитана на учеников, желающих развивать свой творческий потенциал, а также физическую выносливость. Материалы занятий подобраны по уровню обучения и требованиям федерации танцевального спорта.

Цель программы – развитие индивидуальных, творческих и физических способностей детей посредством спортивного бального танца.

Задачи:

- обучить детей основам танца и импровизации,
- изучение танцевальных движений и схем, индивидуальных и массовых танцевальных композиций.
- развивать физические данные;
- развивать музыкальный слух и ритм, пластику и грацию в движениях, эстетический вкус.
- воспитывать в детях морально-волевые качества: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах;
- коммуникативные качества ребенка: уважение к партнерам по танцу, чувство товарищества, ответственности;
- пропаганда здорового образа жизни.

Содержание данной учебной программы реализует принципы и задачи основной образовательной программы основного общего образования МАОУ «СОШ № 9» с учетом программ, включенных в ее структуру. Программа внеурочной деятельности «Спортивные бальные танцы» для обучающихся в возрасте 5-10 лет предусматривает развитие образовательной среды школы.

Программа рассчитана на 136 часов в год, из них 68 по европейской программе, 68 по латиноамериканской программе. Продолжительность занятия 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут. Периодичность проведения 2 раза в неделю по 1 занятию.

Результаты освоения программы внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- физическое развитие тела (развитые мышцы, хорошая осанка);
- правильная координация движений тела;
- адаптация в социальной и образовательной среде.
- проявлять чувство собственного достоинства;
- проявлять интерес к возможностям своего тела;
- быть способными сопереживать.

Метапредметные результаты:

- иметь представление о собственном теле;
- знать правила поведения в образовательном учреждении;
- знать правила гигиены костюма.
- владение культурными нормами и эффективными способами организации свободного времени (общекультурные);
- умение ставить цель, пояснить её и организовать ее достижение (учебно-познавательные);
- применять для решения учебных задач информационные и телекоммуникационные технологии: аудио и видео записи, интернет (информационные);
- владение способами совместной деятельности в группе, умение искать и находить компромиссы (коммуникативные);
- иметь многообразие двигательного опыта и уметь использовать его как в соревновательной деятельности, так и в организации активного отдыха (здоровьесберегающие).

Предметные результаты:

- уметь выполнять начальный тренаж для развития различных групп мышц;
- уметь координировать свои движения;
- уметь различать музыку по ритму и темпу.

Содержание программы внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Раздел «Детский танец» (36 ч.)

Тема 1. Знакомство с танцевальной азбукой.

Практические занятия: Упражнения для развития определённых групп мышц. Постановка корпуса, позиции рук (первая, вторая, третья) и ног (шестая и первая). Прыжки, подскоки. Скоординированные движения ног и рук. Боковые шаги. Упражнения на координацию движения.

Тема 2. Танцевальные шаги.

Практические занятия: Характерные отличия танцевальных шагов. Танцевальные шаги в образах (зайчик, лисичка, медведь). Марш. Простой танцевальный шаг, переменный шаг, подскоки, галоп боковой.

Тема 3. Музыкальные игры.

Практические занятия: Игры на развитие музыкального слуха, творческого воображения, фантазии, умения импровизировать («Музыкальные змейки», «Лавата», «Паровозики», «Замри» и др.).

Тема 4. Направления движения в танце.

Правила поведения пар на танцевальной площадке во время танца. Движение по кругу.

Практические занятия: Обозначение линии танца. Постановка корпуса лицом в центр, спиной в центр. Обработка смены направлений во время движения по линии танца. Движение по линии танца на носочках, на каблукках, поднимая колени. Ход лицом и спиной по линии танца.

Тема 5. Детский танец.

Практические занятия: Отработка приглашения к танцу. Танец парами по линии танца с приглашением и поклоном. Полька «Не хочу», «Хлопушка», «Приглашение», «Детский краковяк» и т.д.

Раздел «Основы конкурсного танца» (100 ч.)

Тема 1. Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер.

История возникновения конкурсных танцев. Понятие о международной программе. История и место возникновения каждого танца, характер исполнения. Разделение конкурсных танцев на две программы. Музыкальный размер каждого танца, счет.

Практические занятия: Прослушивание музыки, хлопки в ритм. Основные подготовительные движения Медленного вальса, Самбы и ча-ча-ча.

Тема 2. Основы европейских танцев.

Практические занятия: Медленный вальс (W)- английский вальс. Движение стопы – подъёмы, колени – опускания. Движение – качели вперед-назад и в сторону. Движение – перемены – правая, левая.

Тема 3. Основы латиноамериканских танцев.

Практические занятия: Самба (S) – бразильские ритмы. Ча-ча-ча (Ch)- кубинские маракасы. Постановка корпуса в паре. Перенос веса тела с одной ноги на другую. Подготовка к основным шагам. S- пружинка, баунс, основной шаг вперед, Ch – боковое шассе вправо и влево.

Формы внеурочной деятельности	Виды внеурочной деятельности
Теоретические занятия (семинарские лекции, беседы). Практические занятия (игры, тренировка – отработка движений, психологические тренинги, обсуждения, анализ). Клубные турниры как итог работы за определенный период. Участие в турнирах различного уровня. Посещение показательных выступлений и просмотр видеозаписей с последующим обсуждением. Посещение мастер-классов. концерты и показательные выступления; участие в фестивалях;	Начало учебного года – беседа, опрос, тестирование, анкетирование, заполнение карт учета предметных, метапредметных и личностных результатов освоения программы; В течение всего учебного года – педагогическое наблюдение, контрольные занятия, результаты турниров. В конце учебного года - отчетные занятия, результаты турниров, повышение класса, получение спортивного разряда, заполнение карт учета предметных, метапредметных и личностных результатов освоения программы.

аттестации по ступеням мастерства; внутренние соревнования клуба; соревнования в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре и других регионах Российской Федерации; клубные дни.	
--	--

**Тематическое планирование программы внеурочной деятельности
«Спортивные бальные танцы»
5 – 10 лет, 136 часов**

№ п/п	Тема	Количество часов
ЕВРОПЕЙСКАЯ ПРОГРАММА		
Раздел «Детский танец»		18
1.	Знакомство с танцевальной азбукой	1
2.	Танцевальные шаги	1
3.	Музыкальные игры	1
4.	Направление движения танца	1
5.	Детский танец	1
6.	Танцевальные шаги	1
7.	Музыкальные игры	1
8.	Направление движения танца	1
9.	Детский танец	1
10.	Музыкальные игры	1
11.	Детский танец	1
12.	Музыкальные игры	1
13.	Детский танец	1
14.	Детский танец	1
15.	Детский танец	1
16.	Детский танец	1
17.	Детский танец	1
18.	Детский танец	1
Раздел «Основы конкурсного танца»		50
19.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
20.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
21.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
22.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
23.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
24.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
25.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
26.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
27.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
28.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
29.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
30.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
31.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
32.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
33.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
34.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
35.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1

36.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
37.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
38.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
39.	Медленный вальс	1
40.	Венский вальс	1
41.	Квикстеп	1
42.	Медленный вальс	1
43.	Венский вальс	1
44.	Квикстеп	1
45.	Медленный вальс	1
46.	Венский вальс	1
47.	Квикстеп	1
48.	Медленный вальс	1
49.	Венский вальс	1
50.	Квикстеп	1
51.	Медленный вальс	1
52.	Венский вальс	1
53.	Квикстеп	1
54.	Медленный вальс	1
55.	Венский вальс	1
56.	Квикстеп	1
57.	Медленный вальс	1
58.	Венский вальс	1
59.	Квикстеп	1
60.	Медленный вальс	1
61.	Венский вальс	1
62.	Квикстеп	1
63.	Медленный вальс	1
64.	Венский вальс	1
65.	Квикстеп	1
66.	Медленный вальс	1
67.	Венский вальс	1
68.	Квикстеп	1
ЛАТИНОАМЕРИКАНСКАЯ ПРОГРАММА		
Раздел «Детский танец»		18
69.	Знакомство с танцевальной азбукой	1
70.	Танцевальные шаги	1
71.	Музыкальные игры	1
72.	Направление движения танца	1
73.	Детский танец	1
74.	Танцевальные шаги	1
75.	Музыкальные игры	1
76.	Направление движения танца	1
77.	Детский танец	1
78.	Музыкальные игры	1
79.	Детский танец	1
80.	Музыкальные игры	1
81.	Детский танец	1
82.	Детский танец	1
83.	Детский танец	1

84.	Детский танец	1
85.	Детский танец	1
86.	Детский танец	1
Раздел «Основы конкурсного танца»		50
87.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
88.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
89.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
90.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
91.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
92.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
93.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
94.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
95.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
96.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
97.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
98.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
99.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
100.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
101.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
102.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
103.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
104.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
105.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
106.	Конкурсные танцы – общие понятия, музыкальный размер	1
107.	Самба	1
108.	Ча-Ча-Ча	1
109.	Самба	1
110.	Ча-Ча-Ча	1
111.	Самба	1
112.	Ча-Ча-Ча	1
113.	Самба	1
114.	Ча-Ча-Ча	1
115.	Самба	1
116.	Ча-Ча-Ча	1
117.	Самба	1
118.	Ча-Ча-Ча	1
119.	Самба	1
120.	Ча-Ча-Ча	1
121.	Самба	1
122.	Ча-Ча-Ча	1
123.	Самба	1
124.	Ча-Ча-Ча	1
125.	Самба	1
126.	Ча-Ча-Ча	1
127.	Самба	1
128.	Ча-Ча-Ча	1
129.	Самба	1
130.	Ча-Ча-Ча	1
131.	Самба	1
132.	Ча-Ча-Ча	1

133.	Самба	1
134.	Ча-Ча-Ча	1
135.	Самба	1
136.	Ча-Ча-Ча	1
		Общее количество часов: 136