

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Костровская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета  
от 30 августа 2022 г. № 1

УТВЕРЖДЕН  
приказом от 30.08.2022 г. № 1-102  
Директор МБОУ "Костровская СОШ"  
Рыльского района Курской области  
М.П. Мешкова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по внеурочной деятельности  
**«ФАНТАЗИЯ»**  
Направление «Спортивно – оздоровительное»  
5-9 классы

Учитель: Добыкина Елена Николаевна

Кострова 2022

## **Содержание.**

1. Пояснительная записка.
2. Предполагаемые результаты реализации программы.
3. Содержание внеурочной деятельности.
4. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

## 1. Пояснительная записка

Программа дополнительного образования танцевального кружка «Фантазия». Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка. Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз следует упомянуть, что танцу присуще образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Высотского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

### **Цель рабочей программы и ее задачи.**

**Цель программы:** Развить творческие способности подростков через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

**Задачи программы:**

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце.
6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).
9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

**Основные формы проведения занятий:**• танцевальные репетиции, беседа, праздник.

**Основные виды занятий** – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

**Методы:**

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

**Метод наглядности.** Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

**Приоритетные направления работы:**

- Знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- знакомство с направлениями современного танца;
- постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности воспитанников;
- личные интересы и приоритеты воспитанников;
- потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- происходящие в мире перемены.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;
- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;
- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Регулярность занятий 1 час в неделю, 34 часа в год.

## **2.Предполагаемые результаты реализации программы.**

### **Личностные результаты и метапредметные результаты.**

Данная программа ориентирована на формирование гармонически развитой личности средствами программы «Ритмика и танец». К числу планируемых результатов освоения курса 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 заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видения красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
- предметные результаты - выполнение хореографических комбинаций на необходимом уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умение характеризовать музыкальное произведение, согласовать музыку и движение.

### **Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяется по трем уровням.**

Первый уровень результатов достигается относительно простыми формами, второй уровень более сложным, третий уровень- самыми сложными формами внеурочной деятельности.

- Первый уровень результатов- приобретение учащимися социального знания (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. д.); понимание социальной реальности и повседневной жизни.
- Второй уровень результатов- получение школьником опыта переживания позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальным реальностям в целом.
- Третий уровень результатов- получение школьником опыта самостоятельного общественного действия.

Учащиеся должны  
**знать/понимать:**

- Особенности своего тела, темперамента.
- Основные позиции ног, рук, головы.
- Термины классического, народного, эстрадного танцев.
- Основные шаги танца.
- Позы классического, народного и эстрадного танцев.
- Правила танцевального этикета.

#### **Уметь:**

- использовать сценическое мастерство.
- проводить танцевальную разминку.
- исполнять технику прыжков и вращений.
- выполнять упражнения для головы, корпуса и рук.
- владеют музыкально – двигательными навыками.
- осмысливать отношение к движению, подчиненному музыкальному образу.

### **3. Содержание программы внеурочной деятельности «Фантазия».**

Программа внеурочной деятельности по художественно-эстетическому направлению «Ритмика и танец» предназначена для обучающихся 5-9 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год.

Содержание программы опирается на возрастные особенности детей, улучшение состояния здоровья, развитие музыкального слуха и двигательных навыков учащихся.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, посещение концертов, фестивалей.

Отчеты хореографического занятия планируются в виде открытых занятий или на праздниках в школе, но в любом случае с приглашением

родителей учащихся, педагогов, художественных руководителей.

В первый год обучения учащиеся осваивают основные элементы упражнений. Проводится формирование и обучение элементов движений. При этом формируется музыкальная грамотность, отрабатываются основные понятия (темп, ритм и т.д.). Первый год обучения особое внимание уделяется формированию и отработке основных позиций рук и ног. В течение года осуществляется коррекция движений, и вводятся элементы танцев.

Второй год обучения проводится наработка навыков и умений, создаются танцевальные композиции, в которые включаются все ранее изученные элементы. Происходит соединение музыки и движения. В конце года формируются танцевальные коллективы, которые имеют завершённую программную композицию. В это время учащиеся уже самостоятельно могут создавать танцевальные комбинации на имеющемся наработанном материале.

В третий и более годы обучения в содержание преподавания влияют элементы художественной гимнастики. Глубже осуществляется обучение музыкальной грамотности. Учащимся предоставляется возможность творческой импровизации, что позволяет осуществлять творческий рост ученика и видеть его достижения.

#### **4. Тематический план.**

##### **5 класс**

<b>№</b>	<b><u>Наименование (разделов, модулей) темы</u></b>	<b>Всего часов</b>
1	<b>Техника безопасности на уроке</b>	2
2	<b>Музыкальная грамота</b>	2
3	<b>Развивающие элементы классического танца</b>	4
4	<b>Развивающие элементы акробатики и художественной гимнастики</b>	6
5	<b>Упражнения «Формирование правильной осанки»</b>	4
6	<b>Упражнения для развития гибкости плечевого и</b>	4



	<b>поясного суставов</b>	
7	<b>Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага</b>	4
8	<b>Упражнения для формирования стопы</b>	4
9	<b>Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага</b>	4
<b>Итого</b>		34

**6 класс**

<b>№</b>	<b><u>Наименование (разделов, модулей) темы</u></b>	<b>Всего часов</b>
1	<b>Техника безопасности на уроке</b>	1
2	<b>Музыкальная грамота</b>	1
3	<b>Развивающие элементы классического танца</b>	6
4	<b>Развивающие элементы акробатики и художественной гимнастики</b>	6
5	<b>Упражнения «Формирование правильной осанки»</b>	6
6	<b>Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов</b>	6
7	<b>Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага</b>	6
8	<b>Партнерная хореография</b>	2
<b>Итого</b>		34

**7 класс**

<b>№</b>	<b><u>Наименование (разделов, модулей) темы</u></b>	<b>Всего часов</b>
1	Техника безопасности на уроке	2
2	Развивающие элементы классического танца	4
3	Развивающие элементы акробатики и художественной гимнастики	6
4	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	6
5	Упражнения лицом, спиной к опоре	8
6	Партнерная хореография	8
<b>Итого</b>		<b>34</b>

**8 класс**

<b>№</b>	<b><u>Наименование (разделов, модулей) темы</u></b>	<b>Всего часов</b>
1	Техника безопасности на уроке	2
2	Развивающие элементы классического танца	4
3	Развивающие элементы акробатики и художественной гимнастики	6
4	Упражнения лицом, спиной к опоре	8
5	Партнерная хореография	7
6	Постановка танца	7
<b>Итого</b>		<b>34</b>

**9 класс**

<b>№</b>	<b><u>Наименование (разделов, модулей) темы</u></b>	<b>Всего часов</b>
1	Техника безопасности на уроке	2
2	Развивающие элементы классического танца	2
3	Развивающие элементы акробатики и художественной гимнастики	6
4	Упражнения лицом, спиной к опоре	8
5	Партнерная хореография	7
6	Постановка танца	9
<b>Итого</b>		<b>34</b>

**Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

- ✓ Компьютер
- ✓ Колонки
- ✓ музыкальный центр

**Учебно-методическое обеспечение.**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.

3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»

### Календарно - тематическое планирование

#### 5 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Дата		Примечание
			План	Факт	
1	Техника безопасности на уроке	1			
2	Техника безопасности на уроке	1			
3	Музыкальная грамота	1			
4	Музыкальная грамота	1			
5	Элементы классического танца	1			
6	Элементы классического танца	1			
7	Элементы классического танца	1			
8	Элементы классического танца	1			
9	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
10	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
11	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			

12	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
13	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
14	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
15	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
16	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
17	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
18	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
19	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
20	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
21	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
22	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
23	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
24	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
25	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			

26	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
27	Упражнения для формирования стопы	1			
28	Упражнения для формирования стопы	1			
29	Упражнения для формирования стопы	1			
30	Упражнения для формирования стопы	1			
31	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
32	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
33	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
34	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
	Итого: 34 часа				

**Календарно - тематическое планирование**

**6 класс**

№	Тема занятия	Количество часов	Дата		Примечание
			План	Факт	
1	Техника безопасности на уроке	1			
2	Музыкальная грамота	1			
3	Элементы классического танца	1			
4	Элементы классического танца	1			
5	Элементы классического танца	1			
6	Элементы классического танца	1			
7	Элементы классического танца	1			
8	Элементы классического танца	1			
9	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
10	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
11	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
12	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
13	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
14	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
15	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			

16	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
17	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
18	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
19	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
20	Упражнения «Формирование правильной осанки»	1			
21	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
22	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
23	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
24	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	1			
25	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов				
26	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов				
27	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
28	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
29	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального	1			



	шага				
30	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
31	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
32	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	1			
33	Партнерная хореография	1			
34	Партнерная хореография	1			
	Итого: 34 часа				

### Календарно - тематическое планирование

#### 7 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Дата		Примечание
			План	Факт	
1	Техника безопасности на уроке	1			
2	Техника безопасности на уроке	1			
3	Элементы классического танца	1			
4	Элементы классического танца	1			

5	Элементы классического танца	1			
6	Элементы классического танца	1			
7	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
8	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
9	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
10	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
11	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
12	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
13	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
14	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
15	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
16	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
17	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			
18	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1			

19	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
20	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
21	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
22	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
23	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
24	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
25	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
26	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
27	Партнерная хореография	1			
28	Партнерная хореография	1			
29	Партнерная хореография	1			
30	Партнерная хореография	1			
31	Партнерная хореография	1			
32	Партнерная хореография	1			
33	Партнерная хореография	1			
34	Партнерная хореография	1			

	Итого: 34 часа				
--	----------------	--	--	--	--

## Календарно - тематическое планирование

### 8 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Дата		Примечание
			План	Факт	
1	Техника безопасности на уроке	1			
2	Техника безопасности на уроке	1			
3	Элементы классического танца	1			
4	Элементы классического танца	1			
5	Элементы классического танца	1			
6	Элементы классического танца	1			
7	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
8	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
9	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
10	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
11	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			

12	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
13	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
14	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
15	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
16	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
17	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
18	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
19	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
20	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
21	Партнерная хореография	1			
22	Партнерная хореография	1			
23	Партнерная хореография	1			
24	Партнерная хореография	1			
25	Партнерная хореография	1			
26	Партнерная хореография	1			
27	Партнерная хореография	1			

28	Танцевальное направление и постановка танца	1			
29	Танцевальное направление и постановка танца	1			
30	Танцевальное направление и постановка танца	1			
31	Танцевальное направление и постановка танца	1			
32	Танцевальное направление и постановка танца	1			
33	Танцевальное направление и постановка танца	1			
34	Танцевальное направление и постановка танца	1			
	Итого: 34 часа				

### Календарно - тематическое планирование

#### 9 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Дата		Примечание
			План	Факт	
1	Техника безопасности на уроке	1			
2	Техника безопасности на уроке	1			
3	Элементы классического танца	1			
4	Элементы классического танца	1			

5	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
6	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
7	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
8	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
9	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
10	Элементы акробатики и художественной гимнастики	1			
11	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
12	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
13	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
14	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
15	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
16	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
17	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
18	Упражнения лицом, спиной к опоре	1			
19	Партнерная хореография	1			
20	Партнерная хореография	1			

21	Партнерная хореография	1			
22	Партнерная хореография	1			
23	Партнерная хореография	1			
24	Партнерная хореография	1			
25	Партнерная хореография	1			
26	Танцевальное направление и постановка танца	1			
27	Танцевальное направление и постановка танца	1			
28	Танцевальное направление и постановка танца	1			
29	Танцевальное направление и постановка танца	1			
30	Танцевальное направление и постановка танца	1			
31	Танцевальное направление и постановка танца	1			
32	Танцевальное направление и постановка танца	1			
33	Танцевальное направление и постановка танца	1			
34	Танцевальное направление и постановка танца	1			
	Итого: 34 часа				