

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТЕРНОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ЯКОВЛЕВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА»**

«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Терновская ООШ»

Тарасов Я.А.

Приказ № 128

«31» мая 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования
«В ритме танца»
направленность: художественная
(уровень основного общего образования)
Срок реализации: 72 часа**

«Рассмотрено»

на заседании МС МБОУ

«Терновская ООШ»

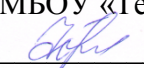
Протокол № 10 от

«30» мая 2022 г.

«Согласовано»

заместитель директора

МБОУ «Терновская ООШ»

 Степкина С.Ю.

«30» мая 2022 г.

«Принято»

на заседании

педагогического совета

МБОУ «Терновская ООШ»

Протокол № 12 от

«31» мая 2022 г.

«

Составитель:
Стрельникова Лилия Александровна

Пояснительная записка

Данная программа «В ритме танца» является авторской, направлена на разностороннее музыкально-хореографическое, творческое и физическое развитие учащегося, включает в себя гармоничное сочетание музыки и движения, формирует атмосферу положительных эмоций и раскрепощения учащихся, способствует созданию благоприятной почвы для раскрытия их потенциальных личностных возможностей.

Программа «В ритме танца» разработана на основе материала авторской программы «Фитнес и здоровье» Ястребовой Ирины Викторовны.

Цель программы: развитие физических качеств и творческих способностей учащихся средствами спортивных танцев, обучение базовым навыкам танцевального спорта.

Задачи:

формировать интерес к танцевальному искусству;
ознакомить с основными понятиями в области хореографии;
ознакомить с основными правилами выполнения упражнений;
формировать чувство ритма, музыкального слуха;
развивать опорно-двигательный аппарат учащихся;
развить чувство ритма;
развить спортивные качества: силу, выносливость, скорость;
формировать терпение и настойчивость;
воспитать чувство коллективизма и взаимопомощи;
развивать работоспособность и трудолюбие;
воспитать собранность и дисциплину;
воспитать эстетический вкус и исполнительскую культуру;
привить навыки хорошего тона и культурного поведения;
формировать привычку здорового образа жизни;
формировать правильную красивую осанку.

Формы и режим занятий.

Форма занятий - групповая.

Режим занятий - учебное занятие.

Содержание программы, 72 часа

1. Вводное занятие, 2 часа.

Введение в образовательную программу. Техника безопасности.

2. Здоровый образ жизни: гигиена, закаливание, режим дня и питание, 2 часа.

Понятие о гигиене. Значение закаливания для человека. Средства закаливания: солнце, воздух, вода. Режим дня для здоровья. Режим учёбы, отдыха, питания, тренировки, сна.

3. Музыкально-ритмические упражнения, 68 часов.

Разучивание специальных музыкально-ритмических упражнений. В классической аэробике, которая лежит в основе данной программы, существует набор базовых шагов, которые в разной последовательности образуют новые связки. На каждом занятии вниманию учащихся представляется новая творческая комбинация базовых шагов.

Предметные результаты программы.

По окончании обучения учащиеся должны:

знать:

— основные термины и понятия хореографического искусства;

- базовые движения партерной гимнастики;

уметь:

- выполнять танцевальные элементы;
- владеть навыками координации;
- различать музыку по характеру, темпу и ритму.
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;

В результате освоения данной программы у учащихся будут сформированы УУД (универсальные учебные действия, (компетенции)):

личностные

- стойкий интерес к занятиям хореографического искусства;
- умение ставить и реализовывать свою цель;
- развито доброжелательное отношение ко всем участникам коллектива, чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности;
- эстетический вкус.

регулятивные

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успехов и неудач.

познавательные

- анализировать музыкальный материал;
- обобщать свои знания, умения и навыки, реализовывать их.

коммуникативные

- уметь общаться с участниками образовательного процесса;
- формулировать свои затруднения, предлагать помощь, работать в сотрудничестве.

Овладение учащимися УУД создают возможность самостоятельного успешного усвоения новых знаний, умений и компетентностей на основе формирования **умения учиться**. Эта возможность обеспечивается тем, что универсальные учебные действия – это обобщенные действия, порождающие широкую ориентацию учащихся в различных предметных областях познания и мотивацию к обучению.

Тематическое планирование

№ урока	Тема	Кол-во часов	Характеристика основной деятельности учащихся
1	Вводное занятие. Знакомство с учащимися, ознакомление с разделами программы и формами	1	Формировать интерес к занятию танцевальным фитнесом.

	работы.		
2	Вводное занятие. Проведение инструктажа по технике безопасности.	1	Выработка техники безопасности при занятиях танцевальным фитнесом.
3	Здоровый образ жизни: гигиена, закаливание, режим дня и питание.	2	Формирование понятие о гигиене, значении закаливания, о режиме дня, о режиме питания и сна для здоровья человека.
4	Музыкально-ритмические упражнения	68	Разучивание специальных музыкально-ритмических упражнений.