

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ УРУПСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛИЦЕЙ П. МЕДНОГОРСКИЙ»

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического  
совета протокол №1  
от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора



Чомаева С.А.  
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Биджиева Ф.С.  
Приказ №83 от  
«31» августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Микс»**

**Направление:** спортивно-оздоровительное

**Форма организации:** обучение хореографии.

**Уровень образования:** 4 классы (начальное общее образование)

**Составитель:** авторская программа Олейник И.И., педагог дополнительного образования  
МКОУ «Лицей п. Медногорский»

**п. Медногорский 2023г.**

## Пояснительная записка

Данная программа объединения «Микс» составлена для 4 классов на основе ФГОС НОО

**Актуальность** предмета: занятия хореографией наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевою зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия хореографией положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти.

**Целью** программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

### Основные задачи:

#### ***Укрепление здоровья и физических качеств учащихся:***

- Совершенствование двигательных навыков и воспитания культуры движения.
- Формирование правильной осанки гибкости и пластичности суставов
- Развитие выразительности и координации движений, умение владеть своим телом.
- Формирование умения ориентироваться в пространстве.

#### ***Развитие художественно - творческих способностей:***

- Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор.
- Формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку.
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях
- Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения.

#### ***Формирование нравственно – коммуникативных качеств учащихся:***

- Воспитание умения вести себя в группе во время движения
- Формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми; воспитания аккуратности и трудолюбия

Данная рабочая программа рассчитана:  
для 4а, 4б, классов на 68 часов из расчёта 2 часа в неделю.

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

### *Личностные результаты*

Сформированность внутренней позиции ученика, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

### *Метапредметные результаты*

#### • **регулятивные**

- ✓ способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- ✓ в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- ✓ накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- ✓ наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

#### • **познавательные**

- ✓ навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- ✓ Учащиеся должны уметь:
- ✓ готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- ✓ под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ✓ ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ✓ ходить и бегать 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 и плясовые движения;
- ✓ выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- ✓ начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

#### • **коммуникативные**

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

**Формы организации** деятельности обучающихся в образовательном процессе: тренировочные упражнения, музыкально-игровые импровизации, театрализованные занятия.

## Содержание курса внеурочной деятельности.

Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке.  
 Разучивание разминки и общеукрепляющих упражнений для улучшения гибкости, развития выносливости, чувства ритма.  
 Танцы – игры – «Кто выше?», «Веселый хоровод», «Если весело живется». Перестроения в колонны – для выработки умения ориентироваться в пространстве.  
 Знакомство с бальным танцем латиноамериканской программы «Джайв», проучивание движений.  
 Знакомство с бальным танцем «Фигурный вальс» и с греческим танцем «Сиртаки» -проучивание движений.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Содержани курса	Форма организации	Вид деятельности	Кол-во часов
1	Теоретические занятия.	Групповая	Беседа. Познавательная деятельность.	2
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	Групповая	Построения, перестроения. Ходьба по центру зала. Сохранение правильной дистанции. Использование лент, обручей, скакалок.	4
3	Ритмико-гимнастические упражнения	Групповая	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	18
4	Игры под музыку	Групповая	Упражнения на самостоятельную передачу в движениях ритмического рисунка. Инсценирование музыкальных песен и сказок.	8
5	Танцевальные движения	Групповая	Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Сиртаки. Фигурный вальс.	36
<b>Итого</b>				<b>68</b>

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Содержание курса	Форма организации	Вид деятельности	Кол-во часов
1	Теоретические занятия.	Групповая	Беседа. Познавательная деятельность.	2
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	Групповая	Построения, перестроения. Ходьба по центру зала. Сохранение правильной дистанции. Использование лент, обручей, скакалок.	4
3	Ритмико-гимнастические упражнения	Групповая	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	18
4	Игры под музыку	Групповая	Упражнения на самостоятельную передачу в движениях ритмического рисунка. Инсценирование музыкальных песен и сказок.	8
5	Танцевальные движения	Групповая	Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Сиртаки. Фигурный вальс.	36
<b>Итого</b>				<b>68</b>

### СРЕДСТВА, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Материальные средства:**

- учебный кабинет, актовый зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1979.
2. Бекина С., Ломова Т., Соковинина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
3. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.
4. Бычаренко Т. С песенкой по лесенке: Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1984.
5. Волкова Л. Музыкальная шкатулка. Вып. I-III. – М.: Музыка, 1980.
6. Дубянская Е. Нашим детям. – Л.: Музыка, 1971.
7. Дубянская Е. Подарок нашим малышам. – Л.: Музыка, 1975.
8. Зимина А. Музыкальные игры и этюды в детском саду. – М.: Просвещение, 1971.
9. Коза-Дерева: Народные сказки с музыкой. Под ред. Н. Метлова. – М.: Музыка, 1969.
10. Медведева М. А мы просо сеяли: Русские народные игры и хороводы для детей младшего возраста. Вып. 3, 4. – М.: Музыка, 1981.
11. Метлов Н., Михайлова Л. Мы играем и поем: Музыкальные игры для детей дошкольного и младшего дошкольного возраста. – М.: Советский композитор, 1979.
12. Слонов Н. Аленушка и лиса: Русская народная сказка. – В сб.: Гори, гори ясно. – М.: Музыка, 1984.
13. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989.
14. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.