

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Break Dance»

Рабочая программа внеурочной деятельности подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО.

В соответствии с планом внеурочной деятельности программа танцевального кружка «Break Dance» реализуется по спортивно-оздоровительному направлению.

Программа составлена с учётом психолого-педагогических особенностей развития учащихся 1-4 классов.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- 1) формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию с учётом познавательных интересов,
- 2) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе творческой деятельности;
- 3) формирование ценности здорового образа жизни;
- 4) развитие эстетического сознания через освоение творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные:

- 1) умение самостоятельно определять цели, задачи творческой деятельности;
- 2) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- 3) умение оценивать правильность выполнения поставленной педагогом задачи, собственные возможности её решения;
- 4) владение основами самоконтроля, самооценки;
- 5) умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе;

Итоговый продукт – танцевальный номер, в котором будут сочетаться все главные составляющие танцевального стиля Брейкинг

Программа рассчитана на 70 часа в год. Периодичность занятий - 2 раз в неделю по 1 часу.

2. Содержание программы курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Каждая тема состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, показ изучаемых элементов танца, объяснение принципа движения, беседу с учащимися, просмотр видеоматериалов. **В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории вплетается в ткань каждого учебного занятия.** Практическая часть включает разминку, отработку «связок» учащимися, составление вариаций из изученных движений и их исполнение. В конце каждого занятия учащиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод взаимооценки.

Формы организации работы	<i>Основные виды деятельности учащихся</i>
Базовая хореография	Заучивание базовых элементов таких отраслей брейкинга как Footwork, Toprock, Powermove, Powertricks.
Беседы	Знакомиться с основами здоровьесберегающих технологий на уроке.
Работа в парах, тройках, командах	Подготовка-разработка танцевальных связок, работая в команде со сверстниками
Упражнения на дыхание	Выполнять упражнения на дыхание. Выполнение дыхательной гимнастики
Постановка танцевальных композиций	Разучивать танцевальные композиции Просмотр видеозаписей Анализировать движения.

	Участие в постановке композиций
Концертно-исполнительская деятельность	Участвовать в музыкальной жизни микро - и макросоциума (группы, класса, школы, и др.). Делиться впечатлениями о танцах со сверстниками, родителями.

3. Тематическое планирование

Тема раздела	Название тем	Кол-во часов
1. Вводное занятие	-	1
2. Азбука музыкального движения	Развитие ритмического восприятия	4
	Развитие музыкальности	4
	Паузы в движении и их использование	2
3. Развитие пластики тела	Физические упражнения на пресс, ноги, руки	7
	Упражнения на растяжку	6
	Упражнения на пластику	4
5. Базовые элементы	Toprock	4
	Footwork	6
	Powermove	4
	Powertricks	6
	Freeze	6
6. Работа в команде	Пары	6
	Тройки	4
	Команды	2

Итоговое занятие	-	2
Итого		68

Тема раздела	Планируемый результат
1. Вводное занятие: набор участников коллектива; ознакомление с программой курса и организация работы	<u>Знать</u> :- технику безопасности - культура поведения на учебных занятиях <u>Уметь</u> :-
<u>Азбука музыкального движения</u> 2. Виды музыкальных размеров	<u>Знать</u> :- основные понятия и их разъяснения: музыкальный размер, направления движения, степени поворота.
3. Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха	<u>Уметь</u> : - исполнение танцевального приветствия (поклон) - построение по линиям
4. Музыкальные жанры	- систему упражнений, направленную на развитие музыкального слуха
5. Музыкально-пространственные и музыкально-ритмические упражнения	- выполнять музыкальные движения разных видов - знать виды основных степов
6. Виды музыкальных размеров танцев и танцевальные шаги	
<u>Развитие пластики тела</u> 7. Понятие о линиях корпуса	<u>Знать</u> : - терминологию, основные понятия и принципы исполнения движений
8. Применение навыков расслабления в танце	<u>Уметь</u> :- выполнять систему специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме
9. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса	

10. Основные принципы дыхания. Понятие о мышечном тоне. Разнонаправленное растяжение.	
11. Основы гимнастики на полу, игровой стретчинг	
12. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений	
13. Работа по классическому экзерсису на полу	
14. Усложнённые варианты и комбинации упражнений	
5. Базовые элементы Toprock 15. Изучение составляющей Toprock, разучивание основных элементов подстиля	<p><u>Знать</u>: - основные отрасли брейкинга; - отличительную характеристику одного подстиля от другого</p> <p><u>Уметь</u>: - выполнять базовые элементы каждого подстиля брейкинга.</p>
16. Отработка и коррекционная работа над базой Toprock.	
Footwork 17. Изучение составляющей Footwork, разучивание основных элементов подстиля	
18. Вариативность базовых элементов	
19. Отработка и коррекционная работа над базой Footwork	
<u>Powermove</u> 20. Изучение составляющей Powermove, разучивание основных элементов подстиля	
21. Отработка и коррекционная работа над базой Powermove	

<u>Powertricks</u> 22. Изучение составляющей Powertricks, разучивание основных элементов подстиля
23. Вариативность базовых движений Powertricks
24. Отработка и коррекционная работа над базой Powertricks
<u>Freeze</u> 25. Изучение составляющей Freeze, разучивание основных элементов подстиля
26. Отработка и коррекционная работа над базовыми фризами
<u>Работа в команде</u> <u>Пары</u> 27. Деление на пары, подготовка танцевальных связок в дуэте
28. Отработка и коррекционная работа над танцевальными связками в дуэте
<u>Тройки</u> 29. Деление на тройки, подготовка танцевальных связок в трио
30. Отработка и коррекционная работа над танцевальными связками в трио
<u>Команды</u> 31. Деление на команды, подготовка танцевальных связок в команде
32. Отработка и коррекционная работа над танцевальными

связками в команде
<u>Итоговое занятие</u> 33. Всеобщий танцевальный джем по всем подстилям брейкинга
34. Итоговый танец

Материально- техническое обеспечение:

- актовый зал;
- bluetooth колонка или магнитофон с возможностью подключения AUX;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- переходник jack 3,5 мм,
- фонотека; флешка с музыкой,
- миксы брейк данс музыки.