

**бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сокольского муниципального округа  
"Средняя общеобразовательная школа № 5"**

**УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы**

**Э. В. Киселев**

**Приказ №181 от «30» августа 2023**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ХОРЕОГРАФИЯ»  
для обучающихся 2,3 классов**

**г. Сокол  
2023 год**

### Пояснительная записка.

Хореографический ансамбль в общеобразовательной школе является одним из важных компонентов системы общего дополнительного образования, которое направлено на развитие личности и способствует повышению культурного и интеллектуального уровня человека, приобретению им новых знаний. При работе над программным материалом педагог должен опираться на следующие основные принципы:

1. Целенаправленность учебного процесса
2. Систематичность и регулярность занятий
3. Постепенность в развитии природных данных детей.
4. Строгая последовательность в овладении «лексикой» и техническими приемами танца.

Результат данной программы внеурочной деятельности – приобщение детей к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

В связи с этим выдвигаются определенные задачи:

1. Формирование основных знаний, умений и навыков на основе программного материала.
2. Развитие творческих способностей ребенка на основе сознательного и вдумчивого отношения к занятиям.
3. Развитие музыкальности и артистизма у танцоров.
4. Развитие общекультурных ценностей и воспитание высоко нравственной личности.

Решения задач, выдвигаемых данной программой, требует учета психологии детей разного возраста и физиологических особенностей организма. В связи с этим, в работе с младшими школьниками используется игровое начало, а со старшими – индивидуальные творческие занятия.

Данная программа по хореографии, в отличие от других подобных программ, является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных дисциплин, необходимых для начинающего танцора по мере его творческого роста.

Так, в подготовительной группе большое внимание уделяется развитию азбуки музыкального движения, ритмичности; на следующих ступенях обучения усложняются базовые ЗУН, ускоряется темп исполнения; а в старшей группе дети приобретают навыки хореографо-постановщика.

Место курса в учебном плане: 2 час в неделю, всего 68 часов.

На каждом этапе обучения дается материал по 6 основным разделам:

1. Азбука музыкального движения
2. Ритмика
3. Классический танец
4. Народный танец
5. Историко-бытовой и бальный танец
6. Эстрадно-джазовый танец.

Основой занятий по хореографии является изучение классического танца т.к. он является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин и источником высокой исполнительской культуры. Кроме того, важный акцент уделяется индивидуальным занятиям в двух направлениях: работа с неуспевающими в группе детьми и работа с более способными детьми по подготовке сольных партий.

Кроме групповых и индивидуальных занятий используются и другие формы: беседы, прослушивания и анализ музыки, просмотр учебных видеоматериалов и выступлений, посещение концертов и мероприятий, организационная работа.

Для отслеживания результатов обученности по данной программе на начальных этапах обучения проводится анкетирование и тестирование детей для выявления уровня усвоения ЗУН по трем направлениям: высокому, среднему и ниже среднего. По результатам мониторинга педагог, анализируя работу танцевального ансамбля за учебный год, составляет диаграммы для лучшей наглядности по каждой группе.

Общим итогом работы педагога и танцевального коллектива является проведение открытых уроков и отчетных концертов для родителей, выступления на мероприятиях, участие в фестивалях и конкурсах детского творчества.

В процессе работы над программным материалом педагог может вносить определенные корректировки по мере необходимости:

- сокращать или увеличивать материал по определенным темам;
- включать дополнительные сведения и практические занятия.

Ведущая идея данной программы внеурочной деятельности по хореографии является то, чтобы избавить ребенка от комплексов, научить его творчески мыслить и оценивать свои способности, стремясь к развитию личностных качеств успешного человека.

***Предполагаемые результаты первого года обучения:***

- Сформировать танцевальные знания и умения.
- Освоить более свободное владение корпусом, движениями головы и особенно рук, пластичность и выразительность
- Развить гибкость. Знать:
- отличительные особенности танцев (народных, бальных, историко-бытовых);
- основные танцевальные движения и комбинации танцев (народных, бальных, историко-бытовых);

Уметь:

- самостоятельно исполнять движения и комбинации танцев;
- передавать эмоциональную окраску композиции танца;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой;

Навыки: выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно или после предварительного инструктажа.

**Содержание программы обучения**

Занятия проводятся по 40 мин 2 раза в неделю. Дети младшего возраста отличаются неустойчивостью внимания, большой подвижностью, поэтому, на занятиях необходимо чередовать теорию и практику, а также быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. При работе с малышами в основу обучения танцу берется игровое начало и используется пантомима и жесты, различные атрибуты и игрушки для развития эмоциональности и артистизма у детей.

Обучение ведется по принципу «от простого к сложному».

Основные задачи обучения:

1. Общее физическое развитие.
2. Развитие внимания, целеустремленности, собранности, коллективизма.
3. Усвоение базовых танцевальных навыков: осанки, выворотности ног, «шага» и т.д

Осваивая основные танцевальные навыки, дети учатся работать в паре, группе. А также знакомятся с различными видами хореографии, усваивают танцевальную «лексику» и терминологию, делают первые шаги на сцене.

**Учебно-тематический план**

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Учебно-тренировочная работа</b>			
1.1	Вводное занятие.	1	1	
1.2	Партерный экзерсис	4	1	3
1.3	Азбука музыкального движения	8	1	7
1.4	Элементы классического танца	8	1	7
1.5	Элементы народно-сценического танца	8	1	7
1.6	Элементы эстрадного танца	8	1	7
1.7	Работа над репертуаром	17	1	
<b>2.</b>	<b>Сценическое движение.</b>			
2.1	Творческая деятельность.	6		6

2.2	Музыкально-танцевальные игры.	4		4
<b>3.</b>	<b>Мероприятия воспитательного характера</b>			
3.1	Беседы об искусстве, Прослушивание музыки, посещение концертов	4	4	
	<b>Итого</b>	68	11	57

### Учебно-тренировочная работа

#### Тема 1.1: Вводное занятие.

**Цель:** Познакомится с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Дать понятие танец, темп, ритм. Провести инструктаж по технике безопасности.

**Содержание материала:** данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

#### Тема 1.2: Партерный экзерсис.

**Цель:** повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

**Содержание материала:** комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

**Методическое обеспечение:** специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, магнитофон, диски (детские мелодии).

#### Тема 1.3: Азбука музыкального движения.

**Цель:** Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться. Привить детям театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями. Основные понятия: музыка, темп, такт.

#### **Содержание материала:**

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения.

**Методическое обеспечение:** специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки,)

#### Тема 1.4: Элементы классического танца.

**Цель:** Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

**Содержание материала:** Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка.

Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практическая работа: позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме. Постановка корпуса (выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия - держась за станок одной рукой).

Позиции ног - по 1, 2, 3-й. Позиции рук - подготовительная, 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку.

Демиплие - складывание, сгибание, приседание, развивает

выворотность, бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1, 2, 3-й позициям.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцев, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям,

вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).

Деми рон де жамб пор тер - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам - вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги, сюр ле ку де пье

- «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги) - развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

### **Тема 1.5: Элементы народно-сценического танца.**

Цель: Научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Прививать детям любовь к народным танцам.

Содержание материала: Сюжеты и темы некоторых танцев.

Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Практические занятия. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - наталии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону.

Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и

ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими пере ступами на месте, с передвижениями вперед, назад с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по б-й позиции.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

### **Тема 1.6: Элементы эстрадного танца.**

Цель: Познакомить детей с особенностями танцевальных стилей, с движениями этих танцев.

Содержание материала: Теория. Особенности эстрадного танца. Практические занятия.

Позиции рук. (показ учителя). Простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

### **Тема 1.7.: Работа над репертуаром.**

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения. Содержание материала: Танец «Оранжевое небо»

Методическое обеспечение: песня «Оранжевое небо»

### **Тема 1.8: Итоговое занятие.**

Цель: Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей (изменилась ли пластика ребенка в течении года).

## **Раздел 2. Сценическое движение. Теме 2.1: Творческая деятельность.**

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала:

Этюды.

• Практическая работа: художник, перелет птиц, шторм на море, лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

• Музыкально-танцевальные игры:

- Практическая работа: рыбачек, чей кружок быстрее соберется, сова, кот и мыши, кто скорее ?, карусель.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, диски, зонтик, удочка.

**Тема 2.2.: Музыкально-танцевальные игры.**

Цель: Выбатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений.

Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Содержание материала:

- Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка».

- Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки)

**Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера. Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки. Посещение концертов.**

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление детей с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов Посещение концертов.