

ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство просвещения Белгородской области
Управление образования администрации Яковлевского района
МБОУ «Быковская ООШ»

РАСМОТРЕНО на методическом совете МБОУ "Быковская ООШ" Протокол №1 от «28» августа 2024 г.	СОГЛАСОВАНО зам. директора МБОУ «Быковская ООШ»  Турчина С.В. от «29» августа 2024 г.	УТВЕРЖДЕНО директор МБОУ "Быковская ООШ"  Осадчая Н.Г. Приказ № 278 от «29» августа 2024 г. 
--	--	--

Рабочая программа
внеурочной деятельности «Хореография»
базовый уровень
6-7 класс
учителя Пшеничникова Ольга Константиновна

Быковка2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Хореография, как курс внеурочной деятельности, играет весьма важную роль в развитии младших школьников: ребёнок учится понимать «язык» движений, их красоту, чувства гармонии, способствующих успешной самореализации. Посредством знакомства младших школьников 1-4 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

Цель программы:

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, укрепление здоровья и гармонического развития форм и функций организма, формированию целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

Основные задачи данного курса:

- воспитание нравственно-эстетических чувств;
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному;
- раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников;
- знакомство обучающихся с основами классического, народного и бального танца;
- укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
- развитие музыкально-ритмической координации, мышечного чувства, осанки;
- предоставление возможности детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения, классического, народного и бального танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Сроки реализации.

Программа рассчитана на обучение учащихся 6-7 классов основной школы, 1 раз в неделю по: 6 класс- 0,5 час, 7 класс 1 час.

На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам.

- 1 раздел. Ритмика и основы хореографии.
- 2 раздел. Азбука классического танца.
- 3 раздел. Народный танец.

4 раздел. Бальный танец.

В первом разделе (Ритмика и основы хореографии) включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе (Азбука классического танца) вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третьем разделе (Народный танец) включены элементы и танцы народного характера, от спокойных до темпераментных, с ведущей ролью рук и корпуса, до тех где ноги исполняют виртуозные партии.

В четвертом разделе (Бальные танцы) включены историко-бытовые танцы и европейской программы, позволяющие выразительно и непринужденно двигаться, создавая соответствующий музыкальный образ, согласовывая свои движения с музыкой, ускоряя и замедляя движения, отмечать в движении музыкальные акценты.

Планируемые результаты

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы:

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей национальной принадлежности на основе изучения танцевальных композиций, шедевров музыкального наследия русских композиторов;

– целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, культур, народов и религий на основе сопоставления произведений русской музыки;

– умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, участие в жизни класса, школы, города и др.

Обучающийся получит возможность для формирования:

– уважительного отношения к культуре других народов;

– эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– развития мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения;

овладения навыками сотрудничества с учителем;

– ориентации в культурном многообразии окружающей действительности, участия в танцевальной жизни класса, школы, города и др.;

– этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Регулятивные

Обучающийся научится:

– принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах танцевальной деятельности;

– формировать умения планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания хореографических постановок.

Обучающийся получит возможность научиться:

– освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

Познавательные

Обучающийся научится:

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.)

Обучающийся получит возможность научиться:

- освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

Коммуникативные

Обучающийся научится:

- продуктивному сотрудничеству (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных танцевально-творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной танцевально-эстетической деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- освоению начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Восприятие искусства и виды художественной деятельности

Выпускник научится:

- Различать основные виды хореографического искусства (классический, народный, балльные танцы);
- Определять музыкальные размеры;
- Ориентироваться в танцевальном зале;
- Позициям ног и рук;
- Воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- Вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- Выполнять поклон в различных стилях;
- Выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- Правилам построения в шеренгу, колонну, круг;

- Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную композицию.

Выпускник получит возможность научиться:

- Элементы в синкопированном ритме;
- Методике исполнения танцевальных композиций у станка и на середине зала;
- Правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на $\frac{1}{4}$; $\frac{1}{2}$ круга;
- Исполнять вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках;
- Делать перестроения в паре.

Содержание курса

Основное содержание курса представлено следующими содержательными линиями: ритмика и основы хореографии, азбука классического танца, народный танец и бальный танец.

Ритмика и основы хореографии включает в себя ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

Азбука классического танца – это понятие об основных танцевальных движениях. Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Азбука природы музыкального движения. Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Позы классического танца. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений, освоение поз и движений классического танца.

Народный танец. Существуют ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на $\frac{1}{8}$, гармошка, ёлочка. Детские танцы.

Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни, о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Особенности работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета. Освоение поз и движений народных танцев.

Бальные танцы. Программа включает правила поведения в танцевальном классе, техника безопасности. Показательные выступления. Исторические бальные танцы. Танцы европейской и латиноамериканской программы – их особенности и своеобразие. Особенности танцев свободной композиции. Виды музыкального сопровождения. Современные технические средства музыкального сопровождения. Художественный образ в музыкальном отображении. Соотношение пространственных построений с музыкой.

Содержание курса

Раздел 1. Ритмика и основы хореографии.

- Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.
- Музыкально-ритмическое развитие. ОРУ. Хлопки в такт музыки. Ритмический танец «Друзья», исполнение под музыку изученных элементов.
- Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Ритмический танец «Друзья». Изучение элементов под музыку.
- Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку .
- Перестроения. Построение в круг, передвижение по кругу, в колонну, в шеренгу. Постановка рисунка ритмического танца «Друзья» под счёт.

- Перестроение. Знакомство с танцем «Полька».
- Постановка танца «Полька». Разучивание элементов по одному, под счёт.
- Подготовка к празднику. Сценические движения.
- Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.
- Разучивание сценических движений.
- Закрепление изученного материала под музыку.
- Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии».

Раздел 2. Азбука классического танца.

- Позиции ног - I, II, III, IV. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях, Plie (полу присед во всех позициях) с опорой. Партерная гимнастика. Упражнения на выворотность ног. Прыжки по I, II, III позициях (temps leve).
- Позиции рук - подготовительное положение, I, II, III. Движение кисти. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку и гибкость.
- Двигательные основы. Battements tendus (скольжение стопой по полу). Battements tendus jets (маленькие броски). Grand battemens jets (большие броски). Прыжки по I, II, V позициям (Temps leve saute).
- Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала. Постановка композиции из элементов.
- Постановка танца «Менуэт». Изучение основных элементов движений.
- Постановка танца «Менуэт». Закрепление изученного материала под музыку. Перестроения.
- Постановка танца «Менуэт». Повторение и прогон под музыку. Работа над ошибками.

Раздел 3. Народный танец.

- Музыкально-двигательное развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Позиции ног. Положения рук. Постановка корпуса.
- Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки. Ходьба под счёт. Движения руками. Упражнения под музыку. Строевой шаг.
- Двигательные навыки. Полу приседы, присядка. Партерная гимнастика с элементами на полу.

- Перестроения. Изучение рисунка танца «Лялечка». Закрепление элементов под музыку.
- Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку. Припадание на месте, с продвижением в сторону.
- Постановка номера танца «Лялечка». Изучение элементов в парах. Закрепление изученного материала под музыку.
- Постановка номера «Лялечка». Повторение, прогон под музыку.

Раздел 4. Бальный танец.

- Музыкально-ритмическое развитие. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши. Знакомство с музыкальным размером 3/4.
- Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки. Упражнения на координацию движения.
- Двигательные навыки. Упражнения на осанку. Партерная гимнастика (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу). Фигурный вальс - перенос веса с ноги на ногу в умеренном темпе.
- Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Фигурный вальс» под счёт. Балансе, припадание, трехшаговый поворот.
- Постановка танца «Фигурный вальс». Постановка рук в паре, перемещение по кругу, перестроение в колонну. Игра «Ручеёк».
- Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала под музыку. Работа над ошибками.
- Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала. Прогон под музыку.

Учебно-методическое обеспечение.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети). - М.: Ральф.: 2017.
2. Базарова Н, Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство.: 2018.
3. Бекина С. И др. Музыка и движение – М.: Просвещение.: 2016.

4. Васильевна Т. Балетная осанка. Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств.: 2018.
5. Зацепина К., Климов А. и др. Народно-сценический танец. Учебно-методическое пособие. – М.: Искусство.: 2017.
7. Руднева С, Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение: Учебное пособие. – М.: Просвещение.: 2018.
8. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах: Учебно-методическое пособие / Авт.-составитель: Лисенкова И.Н., Меньшова В.Н.; под ред. Крылова О.Б. – М.: 2017.
9. Программа «Ритмика» хореографического отделения Тарской детской школы искусств / Авт.-составитель: Савченко Т.М.: 2018.
10. «Танцкей С.» танцы для праздника: Электронное периодическое издание / под ред. Хаустова В.В. – К.: 2017.

Учебно-тематическое планирование

Хореография 6 класс, 17 часа

№ п/п	Раздел	Количество часов
1.	Ритмика и основы хореографии	8
2.	Азбука классического танца	3
3.	Народный танец	3
4.	Бальный танец	3
	Всего	17 часов

Хореография 7 класс, 34 часа

№ п/п	Раздел	Количество часов
1.	Ритмика и основы хореографии	13
2.	Азбука классического танца	7

3.	Народный танец	7
4.	Бальный танец	7
	Всего	34 часа