

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Гремучинская школа № 19»
Богучанского района Красноярского края 663448, п. Гремучий, ул. Береговая, 28,
телефон 32-430, 32-482, факс 32-430

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:

_____ (А.А.Герасимова)

Приказ № 117

«01» сентября 2023г.

РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО

Протокол № 01

« 31» августа 2023г.

_____ Топанова А.А.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«В ритме танца»

Программа составлена педагогом-организатором Папсуевой Л.А.

п. Гремучий
2023г.

1. Пояснительная записка

Общая характеристика

Рабочая программа внеурочной деятельности по хореографии для 3-10-х классов разработана на основе «Комплексной программы физического воспитания 1-11 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2010г. с целью реализации внеурочной деятельности с учётом требований ФГОС НОО.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: муз. грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Цели и задачи

Приобщить детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, воспитать единый комплекс физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Для достижения поставленной цели нужно решить ряд задач:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- дать представление о танцевальном образе;
- развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- воспитание культуры поведения и общения;
- развитие творческих способностей;
- воспитание умений работать в коллективе;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- организация здорового и содержательного досуга.
- организация образовательного процесса.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Место курса в учебном плане.

Программа рассчитана на 108 часов в 3-10 классе из расчета 3 часа в неделю.

Описание ценностных ориентиров содержания курса внеурочной деятельности.

Дети, занимающиеся хореографией, получают весьма разностороннее интеллектуальное, художественное и физическое развитие. Поэтому данную программу можно отнести к типу спортивно-оздоровительных программ с интеллектуально-художественной ориентацией.

Определение цели, задач и содержания программы основывается на таких важнейших **принципах**, как последовательность и доступность обучения, опора на интерес, учет индивидуальных особенностей ребенка. Соблюдение этих принципов позволяет определить перспективы развития не только каждого воспитанника, но и классного коллектива в целом.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на воспитанников.

2. Планируемые личностные и метапредметные результаты программы

Личностные:

- Воспитание культуры и формирование восприятия мира
- Предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома.
- Формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни
- Формирование социальных мотивов.
- Стремление быть полезным обществу.
- Развитие доброжелательности и внимательности к людям, готовности к и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается.
- Формирование восприятия картины мира как порождения трудовой предметно-преобразующей деятельности человека.
- Воспитание культуры и формирование восприятия картины мира как порождения трудовой предметно-преобразующей деятельности человека.

Метапредметные:

- Навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- Умение ставить и формулировать проблемы;
- Навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

Регулятивные:

- Прогнозирование – предвосхищение результата и уровня усвоения его временных характеристик.
- Планирование – составление плана и последовательности действий
- Планирование – определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.
- Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию
- Планирование – составление плана и последовательности действий.
- Оценка - осознание качества и уровня усвоения.

Коммуникативные:

- Потребность в общении со взрослыми и сверстниками.
- Умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности
- Эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества.
- Взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания.

Календарно-тематический план
Среднее звено (3-5 класс)

| № урока | Раздел, тема урока | Кол-во часов | Сроки | Изменения |
|----------------|--|---------------------|--------------|------------------|
| 1 | <u>Ритмика</u> Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). | 10,5 1,5 | 07.09 | |
| 2 | Прыжки. Вращения, повороты | 1,5 | 14.09 | |
| 3 | Продвижения с прыжками, бег, подскоки | 1,5 | 21.09 | |
| 4 | Перестроение из одной фигуры в другую | 1,5 | 28.09 | |
| 5 | Комбинированные танцевальные элементы Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4. | 1,5 | 05.10 | |
| 6 | Ритмические комбинации: этюды | 1,5 | 12.10 | |
| 7 | Связка танцевальных движений | 1,5 | 19.10 | |
| 8 | <u>Элементы классического танца</u> Постановка корпуса, поклон | 15 1,5 | 26.10 | |
| 9 | Позиции рук, ног | 1,5 | 09.11 | |
| 10 | Приседания | 1,5 | 16.11 | |
| 11 | Полуприседания | 1,5 | 23.11 | |
| 12 | Поднимание стопы на полупальцы | 1,5 | 30.11 | |
| 13 | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты | 1,5 | 07.12 | |
| 14 | Прыжки на месте по I, II, III позициям ног | 1,5 | 14.12 | |
| 15 | Понятие «Точка» | 1,5 | 21.12 | |
| 16 | Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина) | 1,5 | 28.12 | |
| 17 | Этюд | 1,5 | 11.01 | |
| 18 | <u>Элементы русского народного танца</u> Постановка корпуса, поклон | 18 1,5 | 18.01 | |
| 19 | Танцевальные шаги – с каблука, боковые | 1,5 | 25.01 | |
| 20 | Шаг с притопом, бег | 1,5 | 01.02 | |
| 21 | Притопы- одинарный, двойной, тройной | 1,5 | 08.02 | |
| 22 | Движение по кругу | 1,5 | 15.02 | |
| 23 | «Ковырялочка» | 1,5 | 22.02 | |
| 24 | «Моталочка» | 1,5 | 01.03 | |
| 25 | «Гармошка» | 1,5 | 15.03 | |

| | | | | |
|----|---|--------------------|-------|--|
| 26 | Прыжки | 1,5 | 29.03 | |
| 27 | Повороты | 1,5 | 05.04 | |
| 28 | Комбинации | 1,5 | 12.04 | |
| 29 | Построение в фигуры (рисунок) | 1,5 | 19.04 | |
| 30 | <u>Элементы бального танца</u> Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон | 10,5 1,5 | 26.04 | |
| 31 | Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка» | 1,5 | 03.05 | |
| 32 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1,5 | 10.05 | |
| 33 | Приставные шаги. Прыжки | 1,5 | 17.05 | |
| 34 | Повороты | 1,5 | 24.05 | |
| 35 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1,5 | 26.05 | |
| 36 | Приставные шаги. Прыжки | 1,5 | 30.05 | |

Календарно-тематический план
Старшее звено (6-10)

| № урока | Раздел, тема урока | Кол-во часов | Сроки | Изменения |
|----------------|---|---------------------|--------------|------------------|
| 1 | <u>Ритмика</u> Упражнения на дыхание | 12 1,5 | 02.09 | |
| 2 | Физиологическая разминка по принципу сверху вниз | 1,5 | 09.09 | |
| 3 | Поднимание рук и ног одновременно и поочередно | 1,5 | 16.09 | |
| 4 | Поднимание ног, махи ногами | 1,5 | 23.09 | |
| 5 | Продвижения с прыжками, бег, поскоки | 1,5 | 30.09 | |
| 6 | Перестроение из одной фигуры в другую | 1,5 | 07.10 | |
| 7 | Ритмические движения | 1,5 | 14.10 | |
| 8 | Связка танцевальных движений | 1,5 | 21.10 | |
| 9 | <u>Элементы классического танца</u> Постановка корпуса, поклон | 18 1,5 | 28.10 | |
| 10 | Позиции рук, ног | 1,5 | 11.11 | |
| 11 | Приседания | 1,5 | 18.11 | |
| 12 | Полуприседания | 1,5 | 25.11 | |
| 13 | Поднимание стопы на полупальцы | 1,5 | 02.12 | |
| 14 | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты | 1,5 | 09.12 | |
| 15 | Прыжки на месте по I, II, III позициям ног | 1,5 | 16.12 | |
| 16 | Понятие «Точка» | 1,5 | 23.12 | |
| 17 | Верчения на середине зала, в диагонали | 1,5 | 30.12 | |
| 18 | Прыжки на месте в координации с движениями рук | 1,5 | 13.01 | |
| 19 | Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина) | 1,5 | 20.01 | |
| 20 | Движения классического танца | 1,5 | 27.01 | |
| 21 | <u>Элементы русского народного танца</u> Постановка корпуса, поклон | 13,5 1,5 | 03.02 | |
| 22 | Танцевальные шаги – с каблука, боковые | 1,5 | 10.02 | |
| 23 | Шаг с притопом, бег. Притопы- одинарный, двойной, тройной | 1,5 | 17.02 | |
| 24 | Движения по кругу | 1,5 | 03.03 | |
| 25 | «Ковырялочка» | 1,5 | 10.03 | |
| 26 | «Моталочка» | 1,5 | 17.03 | |
| 27 | «Гармошка» | 1,5 | 31.03 | |
| 28 | Повороты | 1,5 | 07.04 | |
| 29 | Прыжки | 1,5 | 14.04 | |

| | | | | |
|----|---|--------------------|-------|--|
| 30 | Элементы бального танца Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон | 10,5 1,5 | 21.04 | |
| 31 | Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка» | 1,5 | 28.04 | |
| 32 | Свободная композиция (работа в паре) | 1,5 | 05.05 | |
| 33 | Изучение движений танца «Вальс» | 1,5 | 12.05 | |
| 34 | Отработка движений танца «Вальс» | 1,5 | 19.05 | |
| 35 | Соединение движений танца «Вальс» в комбинации | 1,5 | 26.05 | |
| 36 | Постановка танца «Вальс» | 1,5 | 29.05 | |

Планируемые результаты:

Учащиеся должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры;
- средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса;
- характерные особенности женской и мужской пляски;
- методику исполнения танцевальных комбинаций у станка и на середине зала;
- правила исполнения дробей и вращений;

Учащиеся должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа;
- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на 1/4, 1/2 круга;
- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- выполнять танцевальные ходы и движения русского танца;
- выполнять поклон в народном характере;

- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию,
- выполнить дроби в такт, соединить их в простую комбинацию;
- исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках (девочки);
-

Формы:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Формы подведения итогов.

Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебной год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

5. Учебно-методическое и материально – техническое обеспечение образовательного процесса

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
3. Богомоллова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
4. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
6. Карп П. О. О балете.- М.- 1967
7. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца.- Л.-1968
8. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
9. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
11. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
12. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987
13. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
14. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
15. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
16. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000

