

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 8 им. И.В. Панфилова
поселка им. М.Горького
муниципального образования Кавказский район

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 29 августа 2025 года протокол №
1
Председатель _____ /С.В. Стеблянко
/

Рабочая программа внеурочной деятельности

для учащихся 5-х классов,
ориентированная на достижения результатов определённого уровня
по общекультурному направлению

«Хореографический»

(наименование)

1 год

(срок реализации программы)

Учитель: Петрова Наталья Васильевна

Программа разработана на основе программы внеурочной деятельности «Хореография» Начальное и основное образование/В.А.Горский, А.А.Тимофеева, Д.В.Смирнов и др.Под редакцией В.А.Горского- 3-е издание Москва Просвещение, 2021 год

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Хореографический»

Личностные и метапредметные результаты.

Результаты первого уровня:

- приобретение учащимися представлений о темпе, ритме, амплитуде движений, способности выполнить определённые танцевальные движения;
- приобретение школьниками знаний о правилах групповой работы, основ этикета и грамотной манеры поведения в обществе, представлений об актёрском мастерстве;
- получение сведений о танцах разных народов и различных эпох и формирование позитивного отношения школьника к традициям других народов, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер,

Результаты второго уровня:

- развитие ценностного отношения школьников к культуре, труду, воспитание чувства сопереживания к товарищам;
- развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни. - гармонизация развития учащихся, расширение рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;

Результаты третьего уровня:

- приобретение опыта публичного выступления;
- зная об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике,
- приобретение умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

Приобретая теоретические знания и практические навыки, воспитанники чувствуют характер музыкального сопровождения в своем движении. Через образы могут выражать собственное восприятие музыки. К концу обучения воспитанники имеют:

- знания, умения, навыки по хореографическому искусству;
- обучение основам классических, народных, эстрадных движений;
- преодоление физических недостатков, связанных с нарушением опорно-двигательного аппарата;

- проявляют интерес к знаниям хореографии;
- умеют вести себя в коллективе.

К завершению реализации программы раскрыты творческие способности детей, интерес к танцу. Развиты положительные качества и черты характера: сплоченности, коллективизма, общительности, добропорядочности, чувства добра, нежности. Физически развиты: координация, гибкость, пластичность. Выразительность, точность движений.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Хореографический»

1. Введение. Термины классического танца. 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. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов. Информация о хореографических училищах.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиция ног, рук, головы. Упражнения для головы «повороты, наклоны». Упражнения для корпуса «наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения». Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец.

Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем и полу пальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменой ног, с продвижением вперед, назад, с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к веревочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.

Понятие об особенностях тела. О температуре, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

3. Основы народного танца.

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.

Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве и о путях их развития. Понятие об особенностях работ опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец.

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Прибалтийские танцы. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.

5. Постановка танцев. Обработка номеров.

Обработка позиции рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Обработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Обработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

6. Отчетный концерт.

Подготовка пригласительных билетов на отчетный концерт. Обработка ритуала встречи гостей. Подготовка помещения для приема гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка ведущего концерта. Репетиции. Подготовка видео и фотосъёмки. Разбор итогов отчетного концерта.

Заключительная беседа с обучающимися и их родителями о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремление к освоению профессионального мастерства танцора.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Хореографический»

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час.	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Ауди-торные	Внеауди-торные	
1.	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях.	2	1	1	Дать определение понятию – классический танец. Знать элементы музыкальной грамотности. Проявлять интерес к знаниям хореографии.
2.	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец.	7	2	5	Дать определение понятию экзерсис. Знать основные позы классического танца.
3.	Основы народного танца.	6	2	4	Исполнять выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.
4.	Танцевальные этюды. Эстрадный танец.	8	2	6	Уметь выполнять технику прыжков и вращений. Понимать функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки.
5.	Постановка танцев. Обработка номеров.	10	2	8	Уметь показать основные позиции рук, ног, корпуса. Самостоятельно замедлять и ускорять темп движения. Различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька.

6.	Отчетный концерт.	1	0	1	Продемонстрировать разученные в процессе обучения танцы. Уметь анализировать допущенные ошибки в ходе выступлений..
	Итого	34	9	25	

<p>«СОГЛАСОВАНО»</p> <p>Протокол заседания методического объединения учителей О.Б.Ж., физической культуры, технологии, изобразительного искусства, музыки МБОУ СОШ №8 им.И.Панфилова от « » августа 2024 года №1</p> <p>_____ /Н.В. Петрова/ подпись руководителя МО Ф.И.О.</p>	<p>«СОГЛАСОВАНО»</p> <p>Заместитель директора по УВР _____ / Г.М. Лыганова/ подпись Ф.И.О. « » августа 2024 года</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------