

**муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 9»**

Рассмотрена на заседании
методического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

Утверждена
Приказ по школе № 98/03-од
от «31» августа 2023 г.
Директор школы
_____ Бубнова Л.Д.

Рассмотрена на заседании МО
учителей технологических дисциплин
Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Азбука танца»

для 5 - 7 классов

на 2023-2024 учебный год

Учитель: педагог-организатор

Щурова О.Н.

г. Переславль- Залесский

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- приказа Минобрнауки от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21;
- основной образовательной программы НОО,ООО,СОО

Цель курса:

развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся, на основе приобретенных комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью танцевального искусства.

Основные задачи:

Обучающие:

- обучить навыкам координации;
- обучить приемам развития мышечной памяти;
- обучить правильно держаться на сценической площадке;
- сформировать танцевальные навыки и умения.
- Привить метроритмические навыки

Развивающие:

- развить визуальную, слуховую, двигательную память;
- развить способность воспринимать и слушать музыку разных жанров и стилей;
- развить умение находить в музыке слабые и сильные доли;
- развить внимание;
- раскрыть и развить индивидуальный творческий потенциал;
- развить интерес к национальной и мировой танцевальной культуре.

Воспитательные:

- сформировать традиции в коллективе;
- воспитать навыки общения со сверстниками;
- сформировать культуру общения с другими творческими коллективами;
- воспитать трудолюбие и упорство.

Область применения программы

- Учебный курс предназначен для обучающихся 5-8-х классов;
- рассчитан на 1 час в неделю/34 часа в год в каждом классе.

Режим занятий

Рабочая программа по курсу «Азбука танца» рассчитана на обучающихся 5-7

классов (три года обучения).

Количество учебных часов – 136 часов:

1 год обучения – 34 часа

2 год обучения – 34 часа

3 год обучения – 34 часа

Занятия проводятся 1 раз в неделю, 1 час, продолжительность занятия – 45 мин.

Содержание курса внеурочной деятельности (5 класс)

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж техники безопасности (1 час).

Знакомство с учащимися. Объяснение учащимся техники безопасности во время урока, в коридорах, как нужно себя вести во время концерта и за кулисами, во время чрезвычайных ситуациях (пожар, гололед, наводнение, сильный ветер).

Тема 2. Общие сведения о хореографии и эстрадном танце (1 час).

Рассказ учащимся что такое хореография, когда она возникла, что такое эстрадный танец, история его возникновения.

Тема 3. Музыкально - ритмические упражнения (5 часов)

Разучивание основных видов шагов и ходов:

- танцевальный шаг с вытянутой стопы;
- шаг с пятки, шаг на полупальцах;
- приставной шаг;
- шаги на полуприседании;
- маршевый шаг;
- галоп;
- подскок;
- легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
- бег "лошадки".

Движения в характере и темпе музыки (быстро - медленно громко - тихо, весело - грустно).

Различные построения и перестроения:

- колонна,
- круг,
- диагональ,
- змейка,
- квадрат,
- воротца,
- звездочка,
- перестроение из колонны в две колонны, из круга в линию, из круга в два круга.

Различные ритмические выстукивания, хлопковые комбинации.

Тема 4. Партерный экзерсис (8 часов)

Основные понятия строения человека, работа мышц, правила техники безопасности на уроке.

Упражнения на напряжение и расслабление мышц;

- упражнения на исправление осанки;
- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие выворотности ног, танцевального шага;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов;
- группировка, перекаты в группировки;
- стойка на лопатках с вытянутыми ногами;
- "колечко", "корзиночка";
- "мост" из положения лежа на спине;
- три вида шпагата (поперечны, на левую и правую ногу).

Тема 5. Элементы и комбинации эстрадного танца (11 часов)

Постановка корпуса, различные перегибы, движения рук, повороты на двух ногах из 6 позиции ног, переходы, скрестные шаги, вращения. Танцевальные комбинации на основе выученных элементов.

Тема 6. Разучивание и отработка эстрадного танца (7 часов).

На основе выученных танцевальных комбинаций разучиваем танец. После разводки танца идет отработка качественного его исполнения.

Тема 7. Повторение пройденного материала (1 час).

Музыкально - ритмические упражнения, упражнения партерного экзерсиса, танцевальные композиции.

Тематическое планирование**5 класс (34 часа)**

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	Дата
1	Вводное занятие. Инструктаж техники безопасности	1	
2	Общие сведения о хореографии и эстрадном танце	1	
3	Музыкально - ритмические упражнения.	5	
4	Партерный экзерсис.	8	
5	Элементы и комбинации эстрадного танца.	11	
6	Разучивание и отработка эстрадного танца.	7	
7	Повторение пройденного материала.	1	
ИТОГО:		34	

Содержание курса внеурочной деятельности (6 класс)**Тема 1. Вводный урок. Техника безопасности (1 час).**

Знакомство с учащимися. Объяснение учащимся техники безопасности во время урока, в коридорах, как нужно себя вести во время концерта и за кулисами, во время чрезвычайных ситуациях (пожар, гололед, наводнение, сильный ветер).

Тема 2. Общие сведения о классификации в хореографии и эстрадном танце (1 час).

Классификация хореографии: стили, формы и содержание.

Разделы:

- народный танец;
- бытовой или бальный танец;
- классический балет.

Разновидности эстрадного танца:

- акробатический танец;
- классический танец;
- сюжетно - характерный танец;
- народный танец;
- массовые танцы;
- ритмические танцы.

Тема 3. Музыкально - ритмические упражнения (4 часов).

Слушание музыки, различие темпа и характера музыки, парные танцы, усложнение построений и перестроений.

Тема 4. Партерная гимнастика и основные элементы акробатики (6 часов).

Упражнения на растяжку, упражнения для укрепления спины, укрепление мышц брюшного пресса, развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов, упражнения на развитие выворотности ног, танцевального шага.

Акробатические элементы:

- кувырок вперед и назад;
- "мост" из положения стоя;
- перекал на животе;
- "колесо" с право и левой ноги;
- стойка на руках около опоры.

Тема 5. Элементы классического танца (8 часов).

Понятие классического танца, чем он отличается, специфика классического танца.
 Подготовительная, I и II позиция рук, I и II позиция ног, releve по VI позиции ног, demi plie по I, II и VI позиции ног, battement tendu по I позиции, упражнения на силу и выворотность ног, вращение по диагонали.

Тема 6. Элементы и комбинации эстрадного танца (8 часов).

Изучение и отработка новых усложненных танцевальных элементов, в комбинации включаются элементы классического танца.

Тема 7. Разучивание и отработка эстрадного танца (5 часов).

Разводка запланированного танца, затем его отработка.

Тема 8. Повторение пройденного материала. (1 час).

Музыкально - ритмические упражнения, элементы акробатики, классического и эстрадного танца, подготовка к контрольному уроку.

Тематическое планирование 6 класс (34 часа)

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	Дата
1	Вводное занятие. Инструктаж техники безопасности.	1	
2	Общие сведения о классификации в хореографии и эстрадном танце.	1	
3	Музыкально - ритмические упражнения.	4	
4	Партерная гимнастика и основные элементы акробатики.	6	
5	Элементы классического танца.	8	
6	Элементы и комбинации эстрадного танца.	8	
7	Разучивание и отработка эстрадного танца.	5	
8	Повторение пройденного материала.	1	
ИТОГО:		34	

Содержание курса внеурочной деятельности (7 класс)

Тема 1. Общие сведения о современной хореографии (1 час).

История возникновения современной хореографии, ее направления.

Тема 2. Музыкально - ритмические упражнения (2 часа).

Комбинации в паре по диагонали, по кругу на основе приставного шага, маршевого шага, галопа, подскока, танцевального бега, ритмических выстукиваний, усложнение ритмических выстукиваний, упражнений на координацию и перестроений в зале.

Тема 3. Партерная гимнастика и акробатика (6 часов).

Усложнение упражнений на укрепление мышц спины, брюшного пресса, растяжки. Усложнение кувырка вперед, колесо на одной руке, стойка - мостик, акробатические комбинации.

Тема 4. Элементы классического танца (6 часов).

Определенные правила исполнения классических движений, работа мышц во время исполнения, терминология классического танца.

Положение рук в III позиции, III и IV позиции ног, releve на полупальцы по I позиции ног, grand plie по VI, I и II позиции ног, battement tendu по V позиции, упражнения на растяжку, вращение по диагонали .

Тема 5. Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца (6 часов).

Основные сведения из истории появления русского народного танца, отличия от других танцев. Положения рук, позиции ног, раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения, поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад, переменный шаг, шаг с каблука, шаг с притопом, "гармошка", ковырялочка с двойным и с тройным притопом, "ключ" простой (с переступаниями), рисунки хоровода, комбинации на основе выученных элементов.

Тема 6. Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца (3 часов).

Разводка небольшого танца на основе выученных комбинаций, затем отработка номера.

Тема 7. Элементы современного танца (джаз - модерн) (6 часов).

История возникновения современного танца, направления в современном танце и что такое модерн. Основные позиции ног: вторая параллель, перпендикуляр, позиции рук: подготовительное положение, первая позиция, jerk позиция (руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулак либо выпрямлены, предплечья параллельны полу и располагаются на уровне диафрагмы сбоку от торса). Contraction и release, roll down и roll up, flat back вперед из положения стоя, вращения по диагонали, махи ногами по диагонали.

Тема 8. Разучивание и отработка эстрадного танца (3 часа).

Разводка номера, включая элементы модерна, затем отработка постановки.

Тема 9. Повторение пройденного материала (1 час).

Музыкально - ритмические упражнения, элементы классического, русского народного танца и модерна, стилизованный русский народный танец, эстрадный танец.

**Тематическое планирование
7 класс (34 часа)**

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	Дата
1	Общие сведения о современной хореографии.	1	
2	Музыкально - ритмические упражнения.	2	
3	Партерная гимнастика и акробатика.	6	
4	Элементы классического танца.	6	
5	Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца.	6	
6	Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца.	3	
7	Элементы современного танца (джаз - модерн).	6	
8	Разучивание и отработка эстрадного танца.	3	
9	Повторение пройденного материала.	1	
ИТОГО:		35	

Планируемые результаты

5 класс

Учащиеся знают:

- основные хореографические понятия: танец, подскоки, галоп, пружинка, танцевальный бег, марш;
- музыкальный размер: вальс, полька, марш;
- приемы взаимодействия с партнером.

Учащиеся умеют:

- правильно координировать движения и ориентироваться в пространстве;
- быстро усваивать материал;
- усваивать начальные навыки;
- исполнять простейшие танцевальные комбинации, простейшие танцы.

6 класс

Учащиеся знают:

- хореографические термины классического танца;
- приемы мышечного расслабления;
- понятия «пластика», «память физических действий»;
- понятия: что такое сцена, кулисы, зрительный зал, репетиции.

Учащиеся умеют:

- быстро запоминать материал;
- правильно исполнять комбинации, движения, позиции;
- правильно дышать;
- эмоционально раскрыться.

7 класс

Учащиеся знают:

- более сложные хореографические понятия;

- движения классического, народного, эстрадного танцев;
- историю хореографии.

Учащиеся умеют:

- правильно и четко исполнять выученный материал;
- видеть, понимать и помогать партнеру;
- эмоционально и выразительно себя раскрыть;
- быстро выполнять сложные композиции.

Список литературы:

1. Бекина С.И. «Музыка и движение», М., 1984г.
2. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», С-Петербург 2000г.
3. Васильева Т.К. «Секрет танца», С-Петербург 1997г.
4. Громов Ю.И. «Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера».СПбГУП 1997г.
5. Громов Ю.И. «От школы на Росси к школе на Фучика», СПбГУП 2001г.
6. Громова Е.Н. «Детские танцы из классических балетов», С-Петербург 2001г.
7. Диниц Е.В. «Азбука танцев». Донецк 2004г.
8. Костровицкая В. «100 уроков классического танца». Л.. 1980г.
9. Пасютинская В. «Волшебный мир танца». М.. 1985г.
10. Тарасова Н.Б. «Теория и методика преподавания народно сценического ганца». С-Петербург 1996г.
11. Фадеева СЛ. « Теория и методика преподавания классического и историко- бытового танцев», С-Петербург 2000г.
12. Ярмолович М. «Классический танец». Л, 1986г.
13. Т.Ф.Корнеева «Музыкально – ритмические упражнения для детей дошкольного и младшего возраста1 и2 часть 2001г.»
14. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения. М.; 2004
15. Цуконфт— Хубер Бю. Гимнастикадля малышей. М.; 2006
16. Михайлова М. Развитие музыкальных способностейдетей. Ярославль; 1997
17. Барышников Т. Азбука хореографии. С.-П.; 1996
18. Играем и танцуем «Советский композитор», 1981 г.
19. Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. М., 1984
20. А. Я. Ваганова. Основа классического танца. М., 1984
21. Н.И.Заикин, Н.А.Заикина «Областные особенности русского народного танца». Орел, 1999
22. Н.Базарова, В. Мей «Азбука классического танца». Л.: Искусство, 1983
23. К. Голейзовский «Образы русской народной хореографии». М., 1984
24. А. Ткаченко «Детский танец». М., 1962
25. Никитин «Модерн– джаз танец». М., 1998
26. Журнал «Танцевальная жизнь». 2009
27. Газета«Танцевальныйклондайк».2010