
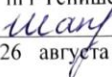


Министерство образования и науки Республики Татарстан
Исполком Камско-Устьинского муниципального района
МБОУ «Рудницкая средняя общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»
Руководитель ШМО
классных руководителей
 Чекутова Г.Н.
Протокол №1
от 25 августа 2023 года

«Согласовано»
Заместитель директора ВР
МБОУ «Рудницкая СОШ»
пгт Тенишево
 Шакирова А.Х.
26 августа 2023 года

«Утверждаю»
Директор МБОУ
«Рудницкая СОШ»
пгт Тенишево
 Хасанова Г.И.
26 августа 2023 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ГОРОД ТАНЦЕВ»
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ
(художественно-эстетическое направление)

Составитель: Гайнуллина Лилия Сафаргалиевна,
учитель русского языка и литературы

пгт Тенишево - 2023

Пояснительная записка.

Программа курса внеурочной деятельности по художественно-эстетическому направлению «Город танцев» предназначена для детей с 11 до 15 лет и рассчитана на 1 год обучения (34 занятия, 1 час в неделю).

Цель программы:

Приобщение детей к искусству хореографии, развитие их хореографических способностей, художественного вкуса, потребностей и интересов.

Задачи программы:

Обучающие:

- формировать навык постановки корпуса, рук и ног
- формировать знания отличительных особенностей разных видов хореографии
- формировать знания основ музыкально-ритмической грамотности

Развивающие:

- развить творческие способности
- развить физические качества и двигательные способности
- развить чувство ритма
- развить психофизические способности

Воспитательные:

- развить интерес к хореографическому искусству
- приобщить к активному и здоровому образу жизни
- помочь развить художественный вкус
- помочь преодолеть страх перед выступлением на сцене
- воспитать дружеское отношение друг к другу
- помочь приобрести уверенность в себе

Планируемые результаты.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий хореографией;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять танцевальные движения, использовать их в самостоятельной сочинительской деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять танец как средство укрепления здоровья, физического развития человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками танцевальные батлы и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий;
 - организовывать и проводить беседы с разной целевой направленностью
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения танцевальных игр, творческих мероприятий, концертной деятельности;
 - в доступной форме объяснять технику выполнения движений, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
 - находить отличительные особенности в выполнении движения разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
 - выполнять технические действия из базовых элементов хореографии, применять их в игровой, концертной и творческой деятельности;
 - применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание деятельности.

Учебный материал дается по темам:

1. Вводное занятие.
2. Азбука музыкального движения.
3. Элементы русского народно-сценического танца.
4. Элементы современного танца.
5. Танцевальная импровизация.
6. Гимнастика.
7. Постановочная и репетиционная работа.
8. Творческие занятия.

Формы организации деятельности - групповые занятия

Типы занятий: теоретические, практические, комбинированные

На групповых и фронтальных занятиях:

- изучается методика (последовательность изучения и овладения правильным исполнением движения)
- осуществляется тренинг, постановка и отработка номеров

- прослушивается музыкальное произведение
- совместно просматривается видеоматериал и ведется обсуждение
- выполняются задания на импровизацию
- участвуют в играх

Формы проведения занятий: беседа, игра, соревнования, тренинг, импровизация, постановка, экскурсии, фестивали.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	Теория (ч)	Практика (ч)
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Азбука музыкальных движений	4		4
3.	Элементы народно - сценического танца	9	2	7
4.	Элементы современного танца	5	1	4
5.	Танцевальная импровизация	3		3
6.	Гимнастика	4	1	3
7.	Постановка танца.	4		4
8.	Творческие занятия	4		4
	Итого:	34	5	29

Содержание тем курса

Тема № 1. « Вводное занятие»

Теория: беседа об истории танцевального искусства. Значение двигательной культуры в жизни человека. Основы техники безопасности при выполнении упражнений. Форма, обувь и прическа. Правила поведения до и после занятия.

Тема № 2. « Азбука музыкальных движений»

Теория: Мелодия, ритм, темп. Музыкальные размеры 4\4, 2\4, 3\4. Такт и затакт. Правила и логика перестроений. Понятие - танцевальный шаг. Прослушивание музыки – тактирование-выделение сильной доли. Дирижирование.

Практика: Поклон. Марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево.

Рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка.

Шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука. Бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп. Комбинации на координацию движений, общеразвивающие упражнения, хлопки, притопы, приставные шаги, упражнения для рук, ходьба, сидя на корточках, прыжки «мячик», прыжки по 6-ой позиции по точкам, повороты вправо, влево; прыжки - разножка, прыжки с поджатыми ногами.

Тема № 3. Элементы народно – сценического танца.

Теория. ***Особенности русских народных движений.*** Позиции ног: открытые, закрытые, прямые. Позиции рук. Положения рук и кисти, головы, корпуса. Лирический и быстрый танец.

Практика. ***Русский народно-сценический танец.***

Теория: ***Особенности татарского народного танца.*** Позиции ног: открытые, закрытые, прямые. Позиции рук. Положения рук и кисти, головы, корпуса. Лирический и быстрый танец.

Практика. ***Татарский народно-сценический танец.***

Тема № 4. Элементы современного танца.

Теория: ***Особенности исполнения движений современного танца. Основы ритмических движений. Базовые движения классической аэробики.***

Практика: упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп.
Основные базовые шаги аэробики: приставной шаг(step touch); - два приставных шага в сторону(step line); V- step, slid, cross, kick, mambo. Комбинации, связки, композиции.

Тема № 5. Танцевальные импровизации.

Теория: Прослушивание музыки. Беседы о танцевальном образе.

Практика, Этюд «**Цирк**». Образы клоуна, жонглера и т.д. Использование бега, подскоков, прыжков, разножек. Массовые и сольные этюды.

Этюд «**Осень**» - образы деревьев, падающих листьев. Пластика движения рук. Движения: повороты, вращение, опускание, вставание, наклоны корпуса.

Выразительная пластика движений: добрый котенок, злая кошка, усталая лошадка, крадущийся шаг. Образы любимых героев. Спортсмены.

Этюды: «**Бабочка**», «**Дождик**», «**Дерево**», «**Цветок**», «**Сказка**».

Музыкальные игры: «**Запретное движение**», «**Зеркало**», «**Светофор**» и т.п.

Сочинение комбинаций по заданию из аэробных и ритмических движений.

Тема №6. Гимнастика.

Теория: Понятие о гибкости, правила выполнения упражнений.

Практика: «складочка», «лягушка», «березка», «корзиночка», полушпагат, «кошечка», «лодочка». Упражнения для стоп. Наклоны. Махи. «Горка». «Мельница». Приседания до пола, ноги - накрест. Отскоки назад из положения сидя в положение лежа. Ходьба на руках. Упражнения на развитие выворотности в тазобедренном суставе, для укрепления мышц пресса, на растяжку, для укрепления мышц спины. Скакалка. Комбинации на скакалке.

Игры на координацию: «С отставанием на один счет», «Пила и молоток», «Веселое задание», «Похлопать по затылку и погладить живот», «Да - нет», «Портной».

Игры на внимание: «Море, берег, парус», «Делай наоборот», «Обманные движения», «Запрещенное движение».

Тема №7. Постановочная работа.

Теория: Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

Практика: Разучивание комбинаций, отработка их. Постановка.

Примерный репертуар: «**Кадриль**», «**Рок - н - ролл**», «**Веселый урок**», «**Народный танец**».

Тема №9. Творческие занятия.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов	Дата/план	Дата/факт
1	Вводное занятие. История танцевального искусства. Значение двигательной культуры в жизни человека. <u>Инструктаж.</u> Основы техники безопасности при выполнении упражнений. Форма, обувь и прическа. Правила поведения до и после занятия.	1		
2-5	Азбука музыкальных движений.	4		
6	Особенности русских народных движений. Теоретические сведения.	1		
7-9	Русский народный танец. Практические занятия.	3		
10	Особенности татарских народных движений. Теоретические сведения.	1		
11-13	Русский народный танец. Практические занятия.	3		
14	Праздник народного танца.	1		
15	Особенности исполнения движений современного танца. Теория.	1		
16-19	Основные базовые шаги современного ритмичного танца.	4		
20	Танцевальные импровизации. Создание образов в танце. Этюд «Цирк».	1		
21	Танцевальные импровизации. Создание образов в танце. Этюд «Осенние деревья»	1		
22	Танцевальные импровизации. Создание образов в танце. Этюды «Бабочка», «Дождик», «Цветок», «Сказка».	1		
23	Гимнастика. Понятие о гибкости, правила выполнения упражнений.	1		
24-26	Гимнастические упражнения и танец.	3		
27-30	Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.	4		

31-33	Творческие занятия. Постановка и отработка танцев	3		
34	Итоговое занятие. Праздник танца.	1		

Список литературы.

1. Козлов В.В. « Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования» - Москва: « ВЛАДОС», 2013 г.
2. Боголюбская М.С. « Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах» - Москва, 2008 г.
3. Боголюбская М.С. « Музыкально – хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания» - Москва, 2008 г.
4. Богданов Г. Урок русского народного танца. – Москва, 2005 г.
5. Дубских Т.М. Народно-сценический танец : методика обучения: учебное пособие. – Челябинск, 2017 г.
6. Юзова Е.А. Методика обучения народно-сценическому танцу. – С-Пб, 2023 г.
7. Матвеев. Ю.А. Русский народный танец. Теория и методика преподавания.- С-Пб., 2023 г.
8. Захаров Р.В. Сочинение танца. - М.: «Искусство», 1983 г.
9. Алешин В.В. Портнов Ю.М. « Физкультурное граффити – игры, эстафеты, аттракционы и забавы» Москва 1996 г.
10. И.И.Биктагиров. Танцы народов Поволжья и их потенциал в этнокультурном воспитании школьников. – Казань: КФУ, 2015 г.