

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №14»

Согласованно
Заместитель директора по УВР
_____ Липатова Е.С.

« _____ » _____ 2022 г.

Утверждаю
директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №14»
_____ Пятикопова Р.С.

« _____ » _____ 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

кружка

«Хореографическое творчество»

для обучающихся 5 – 8 классов

на 2022-2023 учебный год.

Руководитель: Третьякова Светлана Юрьевна

г.Донской
2022

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа танцевального кружка «Хореографическое творчество» составлена на основе методического пособия «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры», - М.: Дрофа, 2003г, автор Г. А. Колодницкий.

Программа предназначена для внеклассной работы с учащимися младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

- учить учащихся красиво и органично выражать себя в танце, вырабатывать технику исполнения танцевальных движений;

- развивать внимание, воображение, координацию, пластику движений.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

Программа разработана для учащихся 1-8 классов (младшего, среднего) и рассчитана на 140 часов в год, 4 часа в неделю (2 часа младшее звено и 2 часа среднее звено)

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В связи с тем, что дети имеют соматические нарушения, общую физическую ослабленность, нарушение моторики и т. п. программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Занятия проходят в танцевальном зале. Для занятий используются: музыкальный центр, аудиокассеты, диски, также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты. В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития детей.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя 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.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Учебно-тематический план

№	Название раздела	Количество часов
1	Ритмика	14
2	Элементы классического танца	14
3	Элементы русского народного танца	14
4	Элементы бального танца	7
5	Постановочно – репетиционная работа	21
	Итого	70

Содержание тем программы

Раздел	Содержание тем программы
1. Ритмика	<p><u>1. Ритмические упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. <p><u>2. Упражнения на ковриках:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднятие ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p><u>3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - движения в образах; - пантомима. <p><u>4. Упражнения на пластику и расслабление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. <p><u>5. Пространственные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. <p><u>6. Ритмические комбинации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
2.Элементы классического танца	<p><u>1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - плие; - пор-де-бра. <p><u>2. Упражнения на середине зала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания и полуприседания; - поднятие стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. <p><u>3.Прыжки, верчения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. <p><u>4.Комбинации движений классического танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений;

	- координация рук и ног в исполнении движений на середине.
3.Элементы русского народного танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. <p>3. <u>Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u></p>
4.Элементы бального танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные элементы бального танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. <p>3. <u>Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</u></p>
5.Элементы национального танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения.</u></p> <p>3. <u>Композиции национального танца (ирландский танец)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связка отдельных элементов в свободные композиции.
6.Постановочно-репетиционная работа	<p>1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u></p> <p>2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u></p> <p><u>Соединение движений в комбинации;</u></p> <p><u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u></p> <p><u>Репетиционная работа.</u></p>

Календарно-тематический план

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Сроки	Изменения
	<u>Ритмика</u>	14		
1	Упражнения на дыхание	1		
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1		
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1		
4	Поднимание ног, махи ногами	1		
5	Пантомима	1		
6	Пластичные упражнения	1		
7	Поочередное расслабление всех мышц тела	1		
8	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1		
9	Ритмические движения	1		
10	Импровизация	1		
11	Ритмические комбинации: этюды	2		
12	Связка танцевальных движений	2		
	<u>Элементы классического танца</u>	14		
13	Постановка корпуса, поклон	1		
14	Позиции рук, ног	1		
15	Приседания	1		
16	Поднимание стопы на полупальцы	1		
17	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1		
18	Понятие «Точка»	1		
19	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	1		
20	Движения классического танца	1		
21	Этюд	1		

22	Координация движений ног в исполнении прыжков	1		
23	Координация движений рук в исполнении верчений	2		
24	Координация движений ног в исполнении верчений Координация рук и ног в исполнении движений на середине	2		
	<u>Элементы русского народного танца</u>	14		
25	Постановка корпуса, поклон	1		
26	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	1		
27	Шаг с притопом, бег. Притопы- одинарный, двойной, тройной	1		
28	Построение в круг.	1		
29	Движения по кругу	1		
30	«Ковырялочка»	1		
31	«Моталочка»	1		
32	Повороты. Прыжки	1		
33	Комбинации	1		
34	Построение в фигуры (рисунок)	2		
35	Отработка движений танца «Плясовая»	2		
36	Соединение движений танца в комбинации. Постановка танца «Плясовая»	2		
		7		
37	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1		
38	Приставные шаги. Прыжки . Повороты	1		
39	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход. Приставные шаги. Прыжки. Повороты	1		
40	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	1		
41	Отработка движений танца «Рок-н-ролл». Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации.	1		

42	Постановка танца «Рок-н-ролл»	2		
43	Постановочно-репетиционная работа	21		
	Танцевальный номер «Вальс»	1		
44	Танцевальный номер «Плясовая»	1		
45	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	1		
46	Простые движения танцевального номера. Отработка простых движений	1		
47	Сложные движения танцевального номера. Отработка сложных движений	1		
48	Соединение простых движений в комбинации	1		
49	Соединений сложных движений в комбинации. Соединение движений в комбинации	1		
50	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	1		
51	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	1		
52	Повторение элементов изученных танцев	1		
53	Работа над простыми элементами танцев	1		
54	Работа над сложными элементами танцев. Работа под счет	1		
55	Работа с музыкальным сопровождением	1		
56	Рисунок танцев	1		
57	Движения по рисунку танцев	1		
58	Отработка движений	3		
59	Постановка танцев	3		
	Всего:	70		

Список литературы

- 1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы.– Москва «ВАКО», 2005
4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru>
5. Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2000.
6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.
7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.
8. Кошмина И.В. Музыкальный букварь.– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.
9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.