

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом

МБОУ СОШ № 68 г. Пензы

Протокол № 9 от 29.08.2024г.

«УТВЕРЖДЕНО»

приказом № 156 от 30.08.2024 г.

Директор школы № 68

\_\_\_\_\_ Х. Г. Курмаев

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа  
с углубленным изучением информатики № 68 г. Пензы**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

общекультурного направления

**«Хореография»**

**студии эстрадного танца «Радуга»**

1 -4 класс

1 год, 144 часа

Составитель: Савельева М.А.,  
педагог дополнительного образования

г. Пенза, 2024

**Рабочая программа курса «Хореография»  
предназначена для организации внеурочной деятельности  
с учащимися начальной школы.**

Хореография, как курс внеурочной деятельности, играет весьма важную роль в развитии младших школьников: ребёнок учится понимать «язык» движений, их красоту, чувства гармонии, способствующих успешной самореализации. Посредством знакомства младших школьников 1-4 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

**Цель программы:**

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, укрепление здоровья и гармонического развития форм и функций организма, формированию целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

**Основные задачи** данного курса:

- воспитание нравственно-эстетических чувств;
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному;
- раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников;
- знакомство обучающихся с основами классического, народного и бального танца;
- укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
- развитие музыкально-ритмической координации, мышечного чувства, осанки;
- предоставление возможности детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения, классического, народного и современного танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

**Сроки реализации.**

Программа рассчитана на обучение учащихся 1-4 классов начальной школы, 2 раза в неделю по 2 академических часа: 144 часа в год, 36 недель

## Планируемые результаты

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*У обучающегося будут сформированы:*

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей национальной принадлежности на основе изучения танцевальных композиций, шедевров музыкального наследия русских композиторов;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, культур, народов и религий на основе сопоставления произведений русской музыки;
- умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, участие в жизни класса, школы, города и др.

*Обучающийся получит возможность для формирования:*

- уважительного отношения к культуре других народов;
- эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развития мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладения навыками сотрудничества с учителем;
- ориентации в культурном многообразии окружающей действительности, участия в танцевальной жизни класса, школы, города и др.;
- этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### Регулятивные

*Обучающийся научится:*

- принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах танцевальной деятельности;
- формировать умения планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания хореографических постановок.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

#### Познавательные

*Обучающийся научится:*

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.)

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

#### Коммуникативные

*Обучающийся научится:*

- продуктивному сотрудничеству (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных танцевально-творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной танцевально-эстетической деятельности.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- освоению начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*Обучающийся научится:*

- Различать основные виды хореографического искусства (классический, народный, современные танцы);
- Определять музыкальные размеры;
- Ориентироваться в танцевальном зале;
- Позициям ног и рук;
- Воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- Вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- Выполнять поклон в различных стилях;
- Выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- Правилам построения в шеренгу, колонну, круг;
- Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную композицию.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- Методике исполнения танцевальных композиций у станка и на середине зала;
- Правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на  $\frac{1}{4}$ ;  $\frac{1}{2}$  круга;
- Исполнять вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках;
- Элементам в синкопированном ритме;
- Делать перестроения в паре.

## **Содержание курса**

Основное содержание курса представлено следующими содержательными линиями:

- 1 раздел. Ритмика и основы хореографии.
- 2 раздел. Партерная гимнастика.
- 3 раздел. Азбука классического танца.
- 4 раздел. Народный танец.
- 5 раздел. Современный танец.
- 6 раздел. Концертная деятельность.

Раздел «Ритмика и основы хореографии» включает в себя ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой. В начале обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Разучивание элементов под счёт. Хлопки в такт музыки. Перестроения. Построение в круг, передвижение по кругу, в колонну, в шеренгу. Разучивание сценических движений.

В раздел «Партерная гимнастика» включены упражнения для развития физических данных у детей: выворотности стоп (особое внимание), гибкости, растяжки, укрепления связочно-суставного аппарата, силы и выносливости. Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Партерная гимнастика подготавливает учеников для исполнения элементов современного танца.

В разделе «Азбука классического танца» вводятся элементы 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. Азбука природы музыкального движения. Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Позы классического танца. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений, освоение поз и движений классического танца.

Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В раздел «Народный танец» включены элементы и танцы народного характера, от спокойных до темпераментных, с ведущей ролью рук и корпуса, до тех где ноги исполняют виртуозные партии. Существующие ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Детские танцы. Освоение поз и движений народных танцев.

В раздел «Современные танцы» включены жанры западного концертного или театрального танца, который включает такие танцевальные стили как балет, народный, этнический, социальный танец, позволяющий выразительно и непринужденно двигаться, создавая соответствующий музыкальный образ, согласовывая свои движения с музыкой, ускоряя и замедляя движения, отмечать в движении музыкальные акценты.

Раздел «Концертная деятельность» включает в себя постановку хореографических номеров, выступление на школьных мероприятиях, участие в конкурсах и фестивалях.

### Учебно-тематическое планирование

№	Раздел	Количество часов
1.	Ритмика и основы хореографии	36
2.	Партерная гимнастика	36
3.	Азбука классического танца	20
4.	Народный танец	20
5.	Современный танец	20
6.	Концертная деятельность	12
	<b>Всего</b>	<b>144 часов</b>

### Учебно-методическое обеспечение.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети). - М.: Ральф.: 2017.
2. Базарова Н, Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство.: 2018.
3. Бекина С. И др. Музыка и движение – М.: Просвещение.: 2016.

4. Васильевна Т. Балетная осанка. Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств.: 2018.
5. Зацепина К., Климов А. и др. Народно-сценический танец.
6. Учебно-методическое пособие. – М.: Искусство.: 2017.
7. Руднева С, Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение: Учебное пособие. – М.: Просвещение.: 2018.
8. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах: Учебно-методическое пособие / Авт.-составитель: Лисенкова И.Н., Меньшова В.Н.; под ред. Крылова О.Б. – М.: 2017.
9. Программа «Ритмика» хореографического отделения Тарской детской школы искусств / Авт.-составитель: Савченко Т.М.: 2018.
10. «Танцкей С.» танцы для праздника: Электронное периодическое издание / под ред. Хаустова В.В. – К.: 2017.
11. Technique of Ballroom Dancing – Guy Howard, 6-е издание, 2016 год.
12. Н.А. Вихрева Экзерсис на полу – Москва, 2004г.
13. Л.И. Ивлева. Джазовый танец – Челябинск, 1996г.