

ГБОУ АО «Школа – интернат одаренных детей им. А.П.Гужвина»

ПРИНЯТА
на педагогическом совете

Протокол № 1
от 30. 08. 2024 г

УТВЕРЖДАЮ
Приказ № 265
от 31. 08. 2024 г
Директор ГБОУ АО
«ШОД им А.П.Гужвина»

_____ **Ажалиев Р.Х.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ТАНЕЦ»

для 5, 7 классов
на 2024 – 2025 учебный год
количество учебных часов в год - 51
количество учебных часов в неделю – 1,5

Составитель:
Калмыкаева Г.Р.
учитель хореографии

Рассмотрена
на заседании МО
учителей физической культуры,
ИЗО, ОБЖ, хореографии
Протокол № 1
от «29» 08. 2024 г

Руководитель МО

Калмыкаева Г.Р.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Танец» для 5, 7 классов составлена в соответствии требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) в соответствии с Основной образовательной программой ГБОУ АО «ШОД им. А.П.Гужвина».

Цель программы: целостное развитие ребенка, формирование средствами музыки и движений, разнообразных умений, способностей, качеств личности. Программа нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания. Взаимообусловленность музыки и движения, а также цели данной программы определили задачи ее реализации.

Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти;

Развитие двигательных качеств и умений:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие пластичности; воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- формирование навыков выполнения разнообразных видов движений в соответствии с возрастными возможностями;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности.

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сопереживать другим людям;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми

Программа содержит минимум тренировочных упражнений и танцевальных движений – бального и современного танца, что способствует гармоничному развитию танцевальных способностей обучающихся

Рабочая программа внеурочной деятельности составлена на 34 учебные недели и реализуется из расчёта 1 часа в неделю.

Содержание обучения 5 класс

Каждый урок включает несколько видов деятельности: разминка, проводится на каждом уроке под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. Ритмику, слушание и анализ музыки, элементы классического танца, танцевальные этюды, композиции, упражнения на ориентировку в пространстве, музыкальные игры чередуются не механически, а соединяются органично.

№ п/п	Тема, часы	Основное содержание, формы организации, виды учебной деятельности
1.	Вводные занятия. 1 ч.	Знакомство с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Правила поведения, техника безопасности на занятии, особенности внешнего вида учащегося, правила личной гигиены (беседа).
2.	История танца. 2 ч.	Теоретический раздел. Цикл бесед, просмотр видеоматериалов о разнообразных видах и жанрах хореографии: балльные танцы – европейские (медленный вальс); латиноамериканские (ча-ча-ча, джайв); историко-бытовые танцы — вальс-бостон, падеграс, полька). Современные танцы XXI века – джаз, модерн, хип-хоп и т.д.
3.	Танцевальная импровизация. 2 ч.	Практический раздел. Прослушивают мелодии, и возникшие ощущения выражают или через танцевальные движения, или через рисунок, или через художественное слово. Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по теме, проходят в форме урока-концерта, урока-конкурса.
4.	Ритмика. 6 ч.	Практический раздел. Разминка. Ритмические упражнения, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Ориентация в маршевой и танцевальной музыке, определение ее характера, метроритма, строения, умения согласовывать музыку с движением. <u>Разминка.</u> Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса (наклоны, повороты и круговые движения). Упражнения для рук и кистей рук (подъем и опускание, разведение в стороны, сгибание в локтях, махи, вращение кистей наружу и внутрь). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, в стороны, перегибы назад, повороты корпуса и круговые движения в поясе). Упражнения для ног (полуприседания, подъем на полупальцы, сгибание и разгибание ноги в

		коленном суставе). Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, прыжок с просветом, перескоки с одной ноги на другую, подскоки) <u>Ритмические упражнения.</u> Ознакомление детей с элементами танцевальных движений: - ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; - шаги и прыжки в сочетании по принципу контраста; - притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой; - топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой; - хлопки; - упражнения по ориентации в пространстве; - построение в круг; - построение в линии; Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопков и притопов на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.
5.	Танец. 21 ч.	Практический раздел (практические занятия) – освоение учебных этюдов и танцевальных композиций на материале историко-бытовых, бальных (европейские и латино-американские), народных и современных танцев, умение применять их на практике в исполнительской деятельности добиваясь техничного исполнения, основываясь на музыкальное сопровождение. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и групповая, изучение танцевальных движений в ансамбле, в парах. <u>Медленный вальс</u> Основной ритм, счет, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре. Изучение основных элементов и фигур танца: закрытые перемены вперёд, закрытые перемены назад, натуральный поворот, обратный поворот, баланс и т.д. <u>«Ча-ча-ча»</u> Характер танца. Музыкальный размер. Темп. Ритм и доли такта. Изучение исполнения базовых фигур: шассе вправо (ПЛП); шассе влево (ЛПЛ); лок вперед (ПЛП, ЛПЛ); лок назад (ЛПЛ, ПЛП); закрытое основное движение, открытое основное движение, веер. <u>«Джайв»</u> Характер танца. Музыкальный размер. Темп. Ритм и доли такта. Изучение исполнения базовых фигур: шассе вправо (ЛПЛ), шассе влево (ПЛП), основное движение на месте, смена мест справа налево, смена мест слева направо, линк.

		<u>Полька</u> Подскоки, шаг с подскоком, па польки, па галоп, повороты (по одному и по парам). <u>Па де грас</u> Pas marche (па марше) – танцевальный шаг, боковые шаги накрест, тройной ход с выносом ноги вперед и назад, баланс. <u>«Современные ритмы»</u> На уроке используются движения, комбинации различных современных танцевальных направлений: джаз-танец, модерн, хип-хоп, fank.
6	Резерв. Итоговое повторение - 2ч.	Исполнение танцевальных композиций.

Содержание обучения 7 класс

№ п/п	Тема, часы	Основное содержание
1.	Вводные занятия. 1ч.	Правила поведения, техника безопасности на занятиях хореографии, особенности внешнего вида учащегося (беседа).
2.	История танца. 2 ч.	Теоретический раздел. Цикл бесед, показ видеоматериала о разнообразных видах и жанрах хореографии: балльные, народные, современные; танцевальной культуре народов мира. Знакомство с творчеством ведущих танцевальных коллективов.
3.	Танец. 27 ч.	Практический раздел (практическое занятие). Освоение учебных этюдов и танцевальных композиций на материале балльных (европейские и латиноамериканские), народных национальных и современных танцев, умение применять их на практике в исполнительской деятельности добиваясь техничного исполнения, основываясь на музыкальное сопровождение. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и групповая, изучение танцевальных движений в ансамбле, в парах <u>Греческий танец «Сиртаки»</u> Основные движения греческого танца: положения рук, приставные шаги, покачивания, выпады, приседания, зигзаг, подскоки, бег, ронды. <u>Кавказский танец</u> Постановка корпуса, позиции и положения рук и ног, ходы, ковырялка

		на месте и в продвижении, выбросы ног на носок и пятку на месте и в повороте и т.д. <u>Ча-ча-ча</u> Основные элементы: основной ход вперед и назад, шассе, прогрессивный ход, локстеп, твист, ронд, чековое положение, раскрытие, веер, выпады, связующее звено, алемана и др. <u>Танго</u> Поступательное звено, корте назад, закрытый променад, основной левый поворот, открытый променад, форстеп, рок с ЛН, с ПН, променадное звено, променадное окончание, правый твист поворот, форстеп перемена, правый променадный повороти т.д. <u>Цыганский танец</u> Основные элементы танца: движения рук, основной ход, прыжки, вращения, шаги, переступания, тряска плечами, голубец с пристукиванием (юноши) и т.д. <u>Современные ритмы</u> На уроке используются движения, комбинации различных современных танцевальных направлений: джаз-танец, модерн, хип-хоп, fank.
4.	Танцевальная аэробика 2 ч.	Танцевальная разминка. Разновидности танцевальной аэробики, комплексы упражнений на укрепление различных групп мышц.
5	Резерв. Итоговое повторение 2ч	Исполнение танцевальных композиций.

Планируемые результаты освоения программы 5 класс

Личностные результаты:

Результаты развития обучающихся:

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;
- музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- развитие выворотности ног;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;

- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

Метапредметными результатами изучения программы «Хореография» является формирование следующих универсальных учебных действий:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий,
- отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- технически правильное выполнение двигательных действий;
- умение самостоятельно решать поставленные творческие задачи;
- пытливость, побуждение к приобретению новых специальных знаний;

Познавательные: формировать положительное отношение к процессу познания, умение ставить познавательную цель.

Регулятивные: развивать навыки самоконтроля, волевой саморегуляции (контроль поведения, правильности выполнения упражнений, контроль ситуации успеха, неуспеха)

Коммуникативные: воспитывать умение вести себя в группе во время движения, формировать чувство такта и культурных привычек в процессе группового взаимодействия, сотрудничества.

Предметные результаты

Учащийся научится:

- использовать материал с уроков хореографии для организации индивидуального и коллективного отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья и создания хорошего настроения;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, при решении творческих заданий на уроках, во внеурочной и внешкольной деятельности;
- работать индивидуально, парами и в группах;
- самостоятельно проводить танцевальную разминку;
- правилам техники безопасности на уроке хореографии;
- правилам личной гигиены;
- эмоционально откликаться на выраженные в музыке чувства и настроения. Передавать характер музыки через движения и манеру.
- хорошо ориентироваться в пространстве, совершать перестроения в танце, координировать движения и связки.
- составлять связки для танцевальной разминки на работу различных групп мышц

Учащийся получит возможность научиться:

- ознакомиться с историей развития историко – бытовых и бальных танцев;
- характеризовать виды историко - бытовых и бальных танцев. Познакомиться с образцами историко-бытовых и бальных танцев через творчество профессиональных танцевальных коллективов.
- определять признаки положительного влияния занятий хореографией на укрепление здоровья, как физического, так и психологического.
- проводить танцевальные разминки с учётом возможностей здоровья;

Планируемые результаты освоения программы 7 класс

Личностные результаты:

Результаты развития обучающихся:

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;
- музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- развитие выворотности ног;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

Метапредметными результатами изучения программы «Хореография» является формирование следующих универсальных учебных действий:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий,
- отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- технически правильное выполнение двигательных действий;
- умение самостоятельно решать поставленные творческие задачи;
- пытливость, побуждение к приобретению новых специальных знаний;

Познавательные: формировать положительное отношение к процессу познания, умение ставить познавательную цель.

Регулятивные: развивать навыки самоконтроля, волевой саморегуляции (контроль поведения, правильности выполнения упражнений, контроль ситуации успеха, неуспеха)

Коммуникативные: воспитывать умение вести себя в группе во время движения, формировать чувство такта и культурных привычек в процессе группового взаимодействия, сотрудничества.

Предметные результаты

Учащийся научится:

- использовать материал с уроков хореографии для организации индивидуального и коллективного отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья и создания хорошего настроения;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, при решении творческих заданий на уроках, во внеурочной и внешкольной деятельности;
- работать индивидуально, парами и в группах;
- самостоятельно проводить танцевальную разминку;
- правилам техники безопасности на уроке хореографии;
- правилам личной гигиены;
- эмоционально откликаться на выраженные в музыке чувства и настроения. Передавать характер музыки через движения и манеру.
- хорошо ориентироваться в пространстве, совершать перестроения в танце, координировать движения и связки.
- составлять связки для танцевальной разминки на работу различных групп мышц

Учащийся получит возможность научиться:

- ознакомиться с историей развития народных национальных и бальных танцев;
- познакомиться с образцами национальных танцев и танцев народов мира через творчество профессиональных танцевальных коллективов.
- определять признаки положительного влияния занятий хореографией на укрепление здоровья, как физического, так и психологического.
- проводить танцевальные разминки с учётом возможностей здоровья;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием дыхательной гимнастики после физических нагрузок.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ "ШКОЛА-ИНТЕРНАТ
ОДАренных ДЕТЕЙ ИМ. А.П. ГУЖВИНА",** Ажалиев Растам Халитович,
Директор

17.02.25 12:52 (MSK)

Сертификат 5BE436010D493F41087330B511CA42E9