




**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Бородинская средняя общеобразовательная школа»  
муниципального образования Киреевский район**

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора  
по УВР  
  
\_\_\_\_\_  
(И.М. Дронова)  
«26» 08 2021г.

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании МО  
учителей рис. - эстет.  
цикла,  
протокол № 1 от  
«26» 08 2021г.  
Руководитель МО  
  
\_\_\_\_\_  
(Деринг Ю.Е.)

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
педагогического  
совета,  
протокол № 1 от  
«27» 08 2021г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
приказом № ~~166-04~~  
«31» 08 2021г.  
Директор МКОУ  
«Бородинская СОШ»  
  
\_\_\_\_\_  
(Е.Г. Глебова)



**ФГОС ООО  
Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Хореография»  
5 – 9 классы  
(базовый уровень)**

Годовое количество часов в каждом классе: 102 часа  
Ф.И.О. составителя (составителей): Домничева Н.С.  
Срок освоения: 1 год

п. Бородинский, 2021 г.

## Пояснительная записка

Занятия хореографией оказывают положительное влияние на организм детей: профилактика заболеваний сердечно – сосудистой системы; улучшение осанки, силы, гибкости, выносливости, приобретение жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитие двигательной памяти.

Детская хореография способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, делают его психику более пластичной и координированной.

**Цель:** создание условий для развития мотивации формирования навыков танцевальной деятельности и самореализации, личности ребенка через знакомство с видами танцевального искусства.

Для достижения данной цели формируются следующие **задачи:**

### Обучающие:

- Сформировать технические навыки элементарных танцевальных движений от самых простых до более сложных.
- Сформировать умение выражать тему музыкального сопровождения с помощью танцевальных движений.

### Развивающие:

- Содействие всестороннему гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья учащихся;
- Развитие гибкости, ловкости, координации движений;

### Воспитывающие:

- Воспитание высоких волевых качеств (умение добиваться поставленной цели);
- Воспитание морально-этических качеств (уважение друг к другу, умение радоваться успехам другим, взаимопомощи);
- Воспитание эстетических качеств (красота движений и музыки, театрализованность танца).

*Задача предмета* привить детям любовь к танцу, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус.

*Ведущей формой организации обучения* является групповая.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к обучающимся. В связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной.

Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к предмету и способствует творческому росту обучающихся.

### Требования к уровню подготовки учащихся:

#### Знать/понимать

- основные теоретические аспекты пройденного материала;
- жанровые и стилистические особенности классического, народного, историко-бытового, современного танца.
- основы правильного дыхания при движении;
- хореографическую нумерацию точек класса;

- основные направления движения;
- что любое танцевальное движение выполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки

#### Уметь

- использовать пространство класса относительно зрителя;
- координировать работу головы, корпуса, рук и ног;
- распознать и передать движением характер музыки (грустный, весёлый, торжественный);
- импровизировать под любую незнакомую музыку.

#### Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- сохранения высокого уровня двигательной активности;
- увеличения гибкости позвоночника, подвижность суставов, эластичности связок и мышц;
- сохранения правильной осанки во время исполнения любого движения;
- сохранения положительного эмоционального состояния.

Программа является основой занятий на уроке, она предусматривает систематическое и последовательное обучение. В программу по хореографии входит изучение элементов классического танца, народно – сценического танца, бального танца.

С первых занятий у детей должна активизироваться связь между музыкой и движением, они должны понять и уяснить простые правила, которые необходимы на уроках ритмики и хореографии:

- а) музыка – хозяйка на занятиях, она руководит в музыкальных упражнениях и самостоятельной работе;
- б) музыку нужно «беречь», во время звучания нельзя шуметь, говорить, без музыки не разрешается двигаться;
- в) музыку надо слушать сначала до конца, начинать двигаться с началом музыки и прекращать движение с окончанием звучания.

В каждом уроке проходит слушание музыки, учебно-тренировочная и постановочная работа, импровизация.

Данная рабочая программа рассчитана на 180 учебных часов (30 учебных недель) с 1 октября по 31 мая с учетом занятий 2 раза в неделю по 3 часа.

### **Учебно-тематический план**

№ п\п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие	1
2	Ознакомление учащихся с ходом урока. Поклон.	1
3	Ознакомление учащихся с элементарными знаниями анатомии человека. Тренаж.	1

4-5	Танцевально-игровой тренинг	2
6-7	Теория и история хореографического искусства. Костюм и сценическое оформление танца	2
8	Эмоциональный язык художественных средств	1
9	Характер музыкального произведения и отражение его в движениях	1
10-11	Пластика сценической композиции.	2
12	Комплекс упражнений по сценическому движению	1
13	Упражнения на перемещение в пространстве сцены.	1
14	Развивающие игры на память.	1
15-16	Развивающие игры на воображение. Творческие этюды.	2
17	Упражнения для развития суставов и разных групп мышц	1
18-19	Народный танец. Русский танец.	2
20-21	Русский этюд.	2
22	Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах)	1
23	Рисунки хороводов. Прочес, воротца.	1
24	Прочес, воротца.	1
25	Рисунки хороводов. Шестёра.	1
26	Рисунки хороводов. Восьмёра.	1
27	Акцентированный шаг	1
28	Шаг с ударом. Шаг с носка	1
29	Переменный шаг. Тройной притоп в комбинации.	1

30	Дробь дорожкой	1
31	Ключ.	1
32	Двойной ключ.	1
33	Припадания в комбинации.	1
34	Двойные припадания	1
35	Ковырялочка в комбинации.	1
36	Моталочка в комбинации.	1
37	Ковырялочка и моталочка в комбинации	1
38	Композиции различной координационной сложности.	1
39-40	Финская полька «Полкис»	2
41	Основные шаги и прыжки финской польки	1
42	Композиционное построение финской польки	1
43-44	Греческий танец «Сиртаки»	2
45	Основные шаги «Сиртаки»	1
46	Положение корпуса в «Сиртаки»	1
47	Композиционное построение «Сиртаки»	1
48-49	Особенности, стиль и характер танцевальных форм разных народов.	2
50	Этюд кантри	1
51	Основной ход. Вынос ноги на каблук	1
52	Положение корпуса	1
53	Постановочная работа	1
54	До-за-до в парах	1
55	Галоп в комбинации	1
56-57	Ритмические шаги	2
58-59	<i>Бальный танец.</i>	2
60	Изучение основных движений Ча-ча-ча	1
61	Особенности технического исполнения Ча-ча-ча	1

62	Положение рук в паре в Ча-ча-ча	1
63	Композиционное построение Ча-ча-ча	1
64	Танец «Добрый вечер»	1
65	Изучение основных движений танца «Добрый вечер»	1
66	Особенности технического исполнения танца «Добрый вечер»	1
67	Положение рук в паре в танце «Добрый вечер»	1
68	Композиционное построение танца «Добрый вечер»	1
69	<i>Танец «Полонез»</i>	1
70	Изучение основных движений танца «Полонез»	1
71	Особенности технического исполнения танца «Полонез»	1
72	<i>Танец «Падеграс»</i>	1
73	Изучение основных движений танца «Падеграс»	1
74	Особенности технического исполнения танца «Падеграс»	1
75-77	<i>Танец «Вальс»</i>	3
78-80	Изучение основных движений танца «Вальс»	3
81-83	Особенности технического исполнения танца «Вальс»	3
84-86	<i>Современный танец.</i>	3
87-89	Изучение базовых движений. Танцуем джаз.	3
90-92	Изучение различных стилей и техник танца модерн.	3
93-95	Свободная композиция и импровизация	3
96-98	Использование элементов художественной гимнастики	3
99-101	Техническое усовершенствование пройденного материала.	3
102	Итоговый концерт	1
	Итого:	
		<b>102 час.</b>

## Содержание

**Ритмика**, элементы музыкальной грамоты. Ритмические упражнения, построения и перестроения. Слушание и разбор в танцевальной музыке. Сильная доля.

### **Теория и история хореографического искусства.**

Костюм и сценическое оформление танца. Эмоциональный язык художественных средств. Эмоциональный язык художественных средств.

**Игроджимнастика.** Основные позиции рук и ног классического танца. Знакомство с ориентировкой в пространстве по системе А.Я. Вагановой. Знакомство с рисунком танца. Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок, бег, галоп). Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости и выворотности. Постановка корпуса.

**Танцы народов мира и современная хореография.** Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах). Рисунки хороводов. Прочес, воротца. Шестёра. Восьмёра. Шаг с носка, переменный шаг. Тройной притоп в комбинации. Ключ. Двойной ключ. Припадания в комбинации. Ковырялочка в комбинации. Моталочка в комбинации. Русский народный танец. Финская полька «Полкис». Греческий танец «Сиртаки». Этюд кантри. Восточный танец.

**Бальный танец.** Изучение основных движений и композиционное построение Ча-ча-ча, «Добрый вечер», «Полька», «Полонез», «Падеграс».

**Современный танец.** Изучение базовых движений джаза. Изучение различных стилей и техник танца модерн.

## Литература:

1. Методика хореографической работы в школе. А. Бондаренко. – Киев, Музыка, 1985.
2. Т.А. Устинова. Русское народное творчество. Серия хореография. – Ленинград.: Искусство, 1976.
3. Танцевальная мозаика. С.Л. Слуцкая. – М.: Линка-пресс, 2006.
4. Школа классического танца. В. Костровицкая, А. Писарев, -Ленинград.: Искусство, 1976.