

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №9 «Центр образования» г. о. Октябрьск

**рассмотрено**

на заседании методического  
объединения учителей  
Протокол № 1  
от 29 08. 2022 г.

Руководитель МО Культина Н.П.

**согласовано**

Заместитель директора  
по учебно – воспитательной  
работе ГБОУ СОШ № 9 «Центр образо-  
вания» г.о. Октябрьск

И.Н. Аникина «29» 08 2022г.

**утверждаю**

Директор ГБОУ СОШ № 9 «Центр  
образования» г. о. Октябрьск  
Л. Г. Белешина  
Приказ № 424/1

от « 01 » 09 2022 г.

**Рабочая программа  
внеурочной деятельности**

**Хореография**

**5-7 класс**

Примерная программа внеурочной деятельности «Хореография»

Начальное и основное образование / [В. А. Горский, А. А. Тимофеев, Д. В. Смирнов и др.] ; под ред. В. А. Горского. — 4-е изд. — М. : Просвещение (Стандарты второго поколения).

Программа поможет плодотворно и творчески организовать занятия с детьми после уроков в школе.

В учебном плане ГБОУ СОШ № 9 г.о. Октябрьск на изучение внеурочной деятельности «Хореография» отводится в 5 классе –1 час в неделю, что составляет 34 часа в год, в 6 классе –1 час в неделю, что составляет 34 часа в год, в 7 классе –1 час в неделю, что составляет 34 часа в год

## 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

**Личностные** (у учащихся будут сформированы):

- понятия и представления о национальной культуре, о вкладе своего народа в культурное и художественное наследие мира;
- установка на здоровый образ жизни;
- развитие творческого потенциала ребенка, активизация воображения и фантазии;
- нравственно-этическая ориентация;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с танцевальной деятельностью.

**Регулятивные** (обучающийся научится):

- проговаривать последовательность действий на занятии;
- работать по предложенному учителем плану;
- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

**Познавательные** (обучающийся научится):

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- проявлять индивидуальные творческие способности при сочинении танцевальных этюдов, подборе простейших музыкальных рифм;
- поиску и выделению необходимой информации;
- применению методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств при написании реферата;
- самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.

**Коммуникативные** (обучающийся научится):

- уметь пользоваться языком танцевального искусства:
  - а) донести свою позицию до собеседника;
  - б) оформить свою мысль и выразить свои чувства через движение;
- уметь слушать и понимать высказывания собеседников;
- уметь выразительно исполнять движение, показанное другим учащимся;

- участвовать в коллективном обсуждении проблем и их решении.

### **Предметные результаты:**

учащиеся научатся:

- правильно проходить в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- легко шагать с носка на пятку;
- тактировать хлопками музыкальные размеры  $2\backslash 4$ ,  $3\backslash 4$ ,  $4\backslash 4$ , при двухтактовом вступлении вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения (марш  $4\backslash 4$ );
- чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного, героического) и уметь передать его в шаге;
- особенностям актерской выразительности;
- выражать образ в разном эмоциональном состоянии: веселом и грустном;
- исполнять элементы своего национального танца, движения, ходы, элементы, русского танца - хоровода и перепляса;
- следующим движениям русского танца: припадание, боковой шаг, шаг с притопом, ковырялочку, переменный шаг, положения рук;
- движениям классического танца: позиции ног, рук, releve, plie, battement tendu;
- основным движениям современного танца.

## **2.**

### **Содержание учебного предмета**

**1. Введение.** Термины 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. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов.

**Азбука природы музыкального движения.** Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора. Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

**2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног.**

Классический танец Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног.

Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы.

Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотами на  $1/4$  круга.

Каблучное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений. Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

**3. Основы народного танца** Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни. Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета. Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

#### **4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец Танцевальная разминка.**

Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Прибалтийские танцы. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п. Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками. 5. Постановка танцев. Отработка номеров Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа. Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

#### **6. Отчётный концерт**

Подготовка пригласительных билетов на отчётный концерт. Отработка ритуала встречи гостей. Подготовка помещения для приёма гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка ведущего концерта. Репетиции. Подготовка видео- и фотосъёмки. Разбор итогов отчётного концерта. Заключительная беседа с обучающимися и их родителями о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремление к освоению профессионального мастерства танцора.

### 3. Тематическое планирование

№	тема	всего	теория	практика
1	Введение. Термины	2	1	1
	классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях			
2	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец	8	2	6
3	Основы народного танца	6	2	4
4	Танцевальные этюды. Эстрадный танец	10	4	6
5	Постановка танцев. Отработка номеров	6	2	3
6	Отчётный концерт	2	-	2
	итого	34		