

Муниципальное образование город Алейск Алтайского края  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №4 города Алейска  
Алтайского края

«Рассмотрено»  
на заседании МО  
дополнительного образования  
Руководитель

\_\_\_\_\_  
Л.В.Бокановская  
Протокол № 1 от 26 августа  
2024г.

«Согласовано»  
зам. дир. по УР

\_\_\_\_\_  
О.С. Ширина  
от « 26 » августа 2024г.

«Утверждено»  
МБОУ СОШ№4

\_\_\_\_\_  
Ю.А.Носивец  
Приказ №210  
от « 27 » августа 2024г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности  
объединение  
«Танец »  
направление «Спортивно-оздоровительное»  
основное общее образование  
5, 6 классы**

Срок реализации: 2024/2025 учебный год

**Разработчик:**  
Н.Г.Демешкина,  
педагог дополнительного  
образования

г. Алейск, 2024

## Пояснительная записка

Данная программа «Танец» составлена для 5-6 классов на основе ФГОС ООО.

**Актуальность** предмета: занятия хореографией наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия хореографией положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти.

**Целью** программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

### Основные задачи:

#### *Укрепление здоровья и физических качеств учащихся:*

- Совершенствование двигательных навыков и воспитания культуры движения.
- Формирование правильной осанки гибкости и пластичности суставов
- Развитие выразительности и координации движений, умение владеть своим телом.
- Формирование умение ориентироваться в пространстве.

#### *Развитие художественно - творческих способностей:*

- Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор.
- Формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку.
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях
- Развитие умения анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения.

#### *Формирование нравственно – коммуникативных качеств учащихся:*

- Воспитание умения вести себя в группе во время движения
- Формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми; воспитания аккуратности и трудолюбия

Данная рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа из расчета 1 часа в неделю в 5а, 5б, 5в, 5г, 6а, 6б, 6в.

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности объединения «Танец» 5 класс

В процессе реализации программы у учащихся формируются следующие результаты и навыки:

### **Личностные результаты.**

- Развить чувство коллективизма, потребность и готовность к эстетической творческой деятельности, эстетический вкус, высокие нравственные качества.
- Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку.
- Позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Учащиеся научатся:

- 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.
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для того, чтобы:

- сохранять высокий уровень двигательной активности;
- увеличивать гибкость позвоночника, подвижность суставов, эластичности связок и мышц;
- сохранять правильную осанку во время исполнения любого движения;
- сохранять положительное эмоциональное состояние.

### **Метапредметные результаты.**

#### ***Регулятивные***

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

#### ***Познавательные***

##### *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 исполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки
- основы хореографических упражнений;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.

#### ***Коммуникативные***

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

## Содержание курса внеурочной деятельности. 5 класс.

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

**Игрогимнастика**. 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.

**Игротанцы**. 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.

**Музыкально – подвижные игры**. Элементы современной пластики: джаз, модерн-танец. Творческие этюды. Пластика животных.

**Образные упражнения**. Русский этюд. Украинский этюд. Эстрадный этюд. Прыжковые комбинации.

**Композиция и постановка танца**. Русская кадрили. Основные рисунки и ходы танца.

### Тематическое планирование

№ п/п	Содержание курса	Форма организации	Вид деятельности	Кол-во часов
1	Ритмика	групповая	Развитие ученика, формирование средствами музыки и ритмических движений.	7
2	Игροгимнастика	групповая	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	9
3	Игротанцы	групповая	Развитие эмоциональной сферы и умение выражать свои эмоции.	11
4	Музыкально-подвижные игры	групповая	Выполнение ритмических движений, в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистрами. Музыкальные игры.	2
5	Образные упражнения	групповая	Развитие воображения, фантазии, выражение характера музыки.	2
6	Композиция и постановка танца	групповая	Умение работать в группе.	3
			<b>Итого:</b>	<b>34</b>

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности объединения «Танец» 6 класс**

В процессе реализации программы у учащихся формируются следующие результаты и навыки:

### **Личностные результаты**

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально- ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

Учащиеся научатся:

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно- творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

### **Метапредметные результаты**

#### **Регулятивные**

Учащиеся получают возможность:

- формировать способности личности к целеполаганию и построению жизненных планов во временной перспективе;
- развивать регуляции спортивно-оздоровительной деятельности;
- владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности

#### **Познавательные**

Учащиеся получают возможность:

- владеть широким арсеналом танцевальных двигательных действий и основных хореографических упражнений, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности;
- знать о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;
- знать об индивидуальных особенностях физического развития;
- знать о функциональных возможностях организма.
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;

#### **Коммуникативные**

Учащиеся получают возможность:

- формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило позитивные эмоции;
- развивать навыки взаимодействия в группе;
- развивать вербальные и невербальные навыки общения посредством танцевальных движений под музыкальное сопровождение;
- танцевать в коллективе.
- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства;
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства.

- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

### Содержание курса внеурочной деятельности. 6 класс

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

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

История возникновения национальных танцев.

Костюм и сценическое оформление танца. Эмоциональный язык художественных средств.

**Игрогимнастика.** 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.

**Бальный танец.** Изучение основных движений и композиционное построение.

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

**Композиция и постановка танца.** Русская кадрили. Основные рисунки и ходы танца. Кубанский фольклор. Синкопированные комбинации. Ирландские мотивы. Русский лирический танец.

### Тематическое планирование

№ п/п	Содержание курса	Форма организации	Вид деятельности	Кол-во часов
1	Ритмика	групповая	Развитие ученика, формирование средствами музыки и ритмических движений.	2
2	Теория и история хореографического искусства	групповая	Познавательная деятельность.	3
3	Игροгимнастика	групповая	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	3
4	Танцы народов мира и современная хореография	групповая	Знакомство с культурой танца народов мира.	4
5	Бальный танец	групповая	Умение работать в паре.	6
6	Современный танец	групповая	Знакомство с современными танцевальными направлениями.	10
			<b>Итого:</b>	<b>34</b>







**Календарно - тематическое планирование. 6а, 6б, 6в класс**

№ п\п	Тема занятия	Кол-во часов	6а		6б		6в		№ раздела
			Дата проведения						
			План	Факт	План	Факт	План	Факт	
1.	Ритмика, введение.	1							1
2.	Элементы музыкальной грамоты	1							1
3.	Ритмические упражнения	1							1
4.	Упражнения для гибкости и выворотности.	1							2
5.	Ковырялочка и моталочка в комбинации.	1							3
6.	Композиции различной координационной сложности	1							1
7.	Игротанцы. Повторение.	1							3
8.	Музыкально – подвижные игры.	1							4
9.	Элементы современной пластики: джаз.	1							4
10.	Элементы современной пластики: модерн-танец.	1							4
11.	Творческие этюды	1							5
12.	Творческие этюды: учитель танца	1							5
13.	Пластика животных.	1							4
14.	Творческие этюды: художник	1							5
15.	Образные упражнения.	1							5
16.	Русский этюд	1							5
17.	Украинский этюд	1							5
18.	Бегунец - разучивание	1							3
19.	Эстрадный этюд	1							5
20.	Растяжка	1							1
21.	Прыжковые комбинации	1							5

22.	Партерная гимнастика	1						2
23.	Композиция и постановка танца.	1						6
24.	Русская кадрили	1						6
25.	Русская кадрили. Основные рисунки и ходы танца.	1						6
26.	Положение рук в парах	1						6
27.	Кубанский фольклор	1						6
28.	Разучивание ходов танца	1						6
29.	Партерная гимнастика	1						2
30.	Синкопированные комбинации. Разучивание.	1						6
31.	Ирландские мотивы	1						6
32.	Основной ход	1						6
33.	Русский лирический танец	1						6
34.	Урок-смотр знаний.	1						1

#### **Используемая литература:**

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

