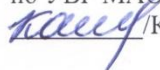


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Калининграда
средняя общеобразовательная школа № 4

«Согласовано»
Заместитель директора
по УВР МАОУ СОШ № 4
 /Калинина Е.Д./

«Утверждаю»
Директор МАОУ СОШ № 4
 /Виноградов М.В./
Приказ № 121-О от 13.06.2018г



Программа внеурочной деятельности
«Хореография»
Срок реализации: 1 год
Возрастной контингент: 9-10 лет

Разработчик: Акопянц С.А.
учитель физической культуры

Калининград
2018г.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Хореография»

Личностные результаты:

- сформированность культуры здорового образа жизни и основ экологической культуры;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей; умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторимый сценический образ; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- 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:

- 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;
- самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.

Коммуникативные:

- 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 - выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Содержание курса внеурочной деятельности

1. Введение. Азбука танцевального движения.

Понятие о выразительных средствах эстрадного бального и народных танцев. Азбука природы танцевального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы, корпуса. Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций для головы, туловища, рук, ног.

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

Бальный танец.

Элементы бального танца. Основные шаги танца. Понятие об особенностях бального танца, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

Практическая работа: освоение основных движений венского вальса .

3. Основы народного танца.

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: «веревочка», «моталочка», «молоточки», «топор», вынос ноги на каблук, вперёд, в сторону и т.д.. Работа над этюдами (марийский этюд, татарский этюд).

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

4. Эстрадный танец.

Танцевальная разминка. Разучивание сюжетного эстрадного танца.

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца;

5. Постановка танцев. Отработка номеров.

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танцах разных видов. Тренинг танцевальной пластики. Отработка исполнительского мастерства.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

Форма организации занятий

Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Занятие может проходить в виде:

- 1) вводных занятий – первые уроки, где часть времени посвящается рассказу о танце, о предстоящих занятиях, о требованиях к учащимся, проводится инструктаж по Т.Б.
- 2) занятий по изучению нового материала, на которых основное внимание уделяется обучению новым движениям.
- 3) занятий по совершенствованию изученного материала – большая часть времени отводится технике выполнения движений в различных условиях.
- 4) постановочных занятий – применение изученных движений в танце.

Основные виды деятельности: занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию. Реальным продуктом реализации программы внеурочной деятельности является участие детей в школьном конкурсе «Алло, мы ищем таланты!».

Форма промежуточной аттестации: практический тест.

Тематическое планирование

| № | Тема | Количество часов |
|----|--|------------------|
| 1 | Техника безопасности в кабинете на занятиях танцевального кружка. | 1 |
| 2 | Знакомство и обучение комплексу физических упражнений для развития гибкости, осанки и т.д. | 1 |
| 3 | Отработка движений русского народного танца. | 1 |
| 4 | Повторение изученных танцевальных движений. | 1 |
| 5 | Разучивание русского танца «Плясовая». | 1 |
| 6 | Элементы русского народного танца «Хоровод» | 1 |
| 7 | Продолжение разучивания элементов и движений | 1 |
| 8 | Разучивание танца «Хоровод» | 1 |
| 9 | Отработка движений и характера танца. | 1 |
| 10 | Повторение изученных танцев. | 1 |

| | | |
|----|--|----|
| 11 | Элементы марийского народного танца. | 1 |
| 12 | Отработка элементов марийского народного танца. | 1 |
| 13 | Элементы татарского народного танца. | 1 |
| 14 | Отработка элементов татарского народного танца. | 1 |
| 15 | Постановка танцев. | 1 |
| 16 | Постановка танцев. | 1 |
| 17 | Отработка изученных танцев. | 1 |
| 18 | Изучение классических движений в хореографии | 1 |
| 19 | Изучение классических движений в хореографии | 1 |
| 20 | Изучение балльных танцев . Положение рук, ног, головы ,характер исполнения . | 1 |
| 21 | Продолжение разучивания элементов балльного танца. | 1 |
| 22 | Продолжение разучивания элементов балльного танца. | 1 |
| 23 | Постановка балльного танца | 1 |
| 24 | Современный танец «Душа» | 1 |
| 25 | Отработка элементов современного танца «Душа» | 1 |
| 26 | Коррекционные работы над современным танцем. | 1 |
| 27 | Коррекционные работы над современным танцем. | 1 |
| 28 | Изучение современной пластики. | 1 |
| 29 | Изучение современной пластики. | 1 |
| 30 | Разучивание элементов современного танца. | 1 |
| 31 | Постановка танца. | 1 |
| 32 | Повторение и отработка изученных танцев. | 1 |
| 33 | Практический тест. | 1 |
| 34 | Коррекционные работы над современным танцем. | 1 |
| | Итого: | 34 |