

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Белгородской области

Управление образования администрации города Белгорода

МБОУ «Гимназия № 2» г. Белгорода

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

УТВЕРЖДЕНО

Директор гимназии

Брыткова Г.Б.
Протокол №1 от «28» августа 2023 г.

Акиньшина С.В.
«28» августа 2023 г.

Работягова Э.Г.
Приказ №311 от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Основы хореографии»

(базовый уровень)

для обучающихся 1-4 классов

г. Белгород 2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Основы хореографии» разработана на основе программы «Основы хореографии», 1-4 класс (Авторы-составители: Тяпугина И.В., Бондарь А.А., Игнатьева Н.Н., Дорофеева Н.В., Дорофеев В.Н.).

Хореография занимает важное место среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Специфика хореографии состоит в том, что мысли, чувства, переживания человека она передает без помощи речи, а средствами движения и мимики. Дети, систематически обучающиеся хореографии, приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру.

Танец является одним из эффективных средств приобщения подрастающего поколения к богатству танцевального и музыкального творчества. Он даёт возможность детям почувствовать свою национальную принадлежность, проникнуть в образную сущность танцевальной культуры других народов, познакомиться с современными тенденциями в хореографии. Его лексика обогащается в общем русле достижений современной хореографии. Воспитательная функция хореографии эффективна потому, что она наиболее пронизательно воздействует на эмоции и чувства ребёнка, поэтому курс хореографии является органической частью всей системы художественного образования школьников, их эстетического воспитания.

Новизна программы

Данная образовательная программа была разработана в рамках регионального проекта «Танец как средство эстетического развития детей («Танцевальная палитра»). Авторские дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы по хореографии имеют свою практическую ценность, и предусматривают более углубленное изучение, что не соответствует условиям массовой школы. Программа «Основы хореографии» предназначена для преподавания хореографического искусства с 1 по 4 класс в режиме внеурочных занятий в общеобразовательном учреждении.

Актуальность

Данная образовательная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме внеурочной деятельности.

Педагогическая целесообразность программы

Освоение программы способствует развитию хореографических способностей у учащихся младших классов, формированию общей культуры, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, интеллекта, раскрытию индивидуальности.

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам:

«Музыкальное воспитание», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны учиться различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

«Ознакомление с окружающим», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, уклад и обычаи, характер и темперамент народа, который отражается в танце.

Тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и **физкультурой**: и по строению занятия, и по его насыщенности, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия, физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Особенность программы в том, что она включает в себя изучение элементов классического, народно - сценического и дуэтного танца, элементов актерского мастерства, ритмику и партерную гимнастику.

Цель программы - раскрытие и развитие творческих способностей учащихся с учетом их индивидуальных особенностей через занятия хореографией.

Задачи программы:

Образовательные:

- способствовать приобретению исполнительских навыков основ классической, русской, народной хореографии;
- способствовать приобретению знаний в области хореографического искусства;
- формировать сценическую культуру, музыкально - танцевальные способности.

Развивающие:

- развивать культуру тела, ловкость, укреплять физическое и психическое здоровье;
- развивать художественно - эстетический вкус, выразительность, музыкальность;
- формировать эмоционально-чувствительную сферу, образное художественное мышление, творческие способности детей;
- развивать пластичность, координацию, хореографическую память, внимание;

- подготовить двигательный аппарат обучающихся к исполнению танцевального материала различного характера и степени технической трудности.

Воспитательные:

- воспитывать музыкальный вкус, любовь к искусству танца;
- формировать навыки общения и сотрудничества друг с другом;
- воспитывать волевые качества характера: трудолюбие выносливость, работоспособность;
- формировать потребность содержательного проведения досуга, проявлять общественную активность.

Организационно - педагогические основы обучения

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы от 7 до 11 лет.

Срок реализации программы - 4 года.

Режим занятий

Возрастная группа	Периодичность в неделю	Продолжительность занятий	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1 кл.	1	35 мин.	1 ч.	33ч.
2 кл.	1	45 мин.	1 ч.	34ч.
3 кл.	1	45 мин.	1 ч.	34ч.
4 кл.	1	45 мин.	1 ч.	34ч.

Процесс реализации программы предусматривает 3 этапа обучения:

- I этап - начальный этап-1-й год обучения

Учащиеся 1 класса (7 лет) по 15чел. в группе, форма занятий - групповая. Закладывается фундамент знаний и умений для закрепления в последующие годы обучения.

- II этап – расширенный этап- 2-й и 3-й годы обучения

Учащиеся 2-3 класса (8-9- 10 лет) по 15 чел. в группе, форма занятий - групповая. Усваиваются движения классического танца у станка и середине зала, исполняются несложные танцевальные комбинации, вырабатывается механичность исполнения, приобретает чувство коллективизма, эмоциональность, четкость исполнения.

- III этап - углубленный этап- 4-й год обучения

Учащиеся 4-го класса (10-11 лет) по 12 - 15 чел. в группе, форма занятий - групповая, индивидуальная. Этот год обучения является завершающим, увеличивается число элементов парного танца, отрабатываются танцевальные номера с насыщенными в танце рисунками, активно развиваются навыки работы с партнером, навыки ансамблевого исполнения, формируется чистота стиля и манера исполнения.

СОДЕРЖАНИЕ курса внеурочной деятельности **Содержание программы первого года обучения**

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: Цели и задачи курса на учебный год. Инструктаж о правилах поведения на занятиях и правила техники безопасности. Гигиена занятий, одежда и обувь. Беседа о роли танца в жизни человека, о хореографическом искусстве и его направлениях. Выявление возможностей учащихся.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Теория: Знакомство с понятием «партерная гимнастика», названиями отдельных технических движений: подъем ноги, стопа, пальцы, пах, поясница, пресс и т.д. Название и особенности движений на полу. Выдержка и психологический настрой при растягивании мышц. Особенности распределения физической нагрузки.

Практика: Движения на выворотность и вытянутость колена и стопы ноги: упражнение на сокращение и вытягивание. Вращательные движения стопой. Чередование напряжений мышц ног, в чередовании с полным расслаблением мышц. Приобретение эластичности седалищных мышц и голеностоп с помощью складки «щука» к ногам. Выворачивание паховых связок («лягушка» на спине, сидя, на животе). Изучение правильности выполнения «шпагатов». Накачивание мышц брюшного пресса с помощью поднятия ног на I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII ступени по одной ноге, двумя ногами, «березка». Растяжение мышц спины, выполнение упражнений «лодочка», «колечко», «мостик», а также растяжение шейных и плечевых мышц. С целью укрепления мышц рук мальчики выполняют силовые упражнения на полу - отжимание на руках.

Раздел 3. Ритмика

Теория: Беседа «Связь танца с музыкой». Основная задача ритмики – сделать движение «видимой музыкой». Характер музыкального произведения, его ритм и оттенки, их выражение в движениях.

Практика: Прохлопывание ритмических рисунков имен, фамилий учащихся, простейших ритмических рисунков по показу педагога, прохлопывание ритма стихов, небольших музыкальных произведений на 2\4, 3\4, 4\4.

Чередование хлопков рук с ударами ног, игра «Умный платочек». Игра «Кто живет в лесу». Упражнения «Лужа», «Мост», «Снежинки». Акцентируем конец музыкально-танцевальной фразы такими движениями, как притопом, хлопком, прыжком, соскоком на обе ноги и так далее. Ходьба и бег в разных темпах, игра «Солнышко и дождик», игра «День и ночь».

Раздел 4. Элементы классического танца

Теория. Понятие «Классический танец». Просмотр наглядных пособий основных элементарных позиций рук и ног, постановки корпуса, головы. Беседа с показом видеоматериала о балете. Знакомство с основами классического танца в кратком изложении.

Практика: Изучение подготовительной, I, II, III позиции рук; изучение I, II, III, V позиции ног. Свободное комбинирование позиций. Прыжки по I позиции. Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги. Изучение грамотного исполнения танцевального шага, шага на полупальцах, бега, подскоков, галопа.

Раздел 5. Элементы народно - сценического танца

Теория. Понятие «Русский народный танец», его особенность и характеристики. Тема и сюжет: «Хоровод», «Кадриль». Изучение рисунков: линий, диагонали, круги в русских движениях в сольном и групповых танцах. Особенности открывания и закрывания рук. Прослушивание русской народной музыки, песен «Во поле берёзка стояла», «А мы просо сеяли» и других.

Практика. Изучение женского и мужского поклонов в «пояс». Основные движения русского народного танца: «ковырялочка», «верёвочка», «гармошка», «хлопушки», «моталочка», «припадание», «каблучки», «простой ключ», «присядки». Удары полной стопой, каблуком, носком, в медленном, умеренном и быстром темпе, в продвижении. Русский шаг с каблука, «бегунок», дробь с подскоком. Присядки в продвижении в сторону: присядка с «ковырялочкой», с «хлопушкой». Изучение вращательных упражнений.

Раздел 6. Актерское мастерство

Теория. Рассказ «Секреты актерского мастерства в танце». Воображение и фантазия, исполнительская техника, танцевальная выразительность.

Практика. Упражнения на пластику и фантазию разовьют воображение ребенка и научат его импровизировать под музыку.

Танцевальные импровизации на театральные сюжеты характерные образы: «Трусливый заяц», «Хитрая лиса», «Под дождём». Постановка характерных танцев: «Матросский», «Домовята», «Снежинки», «Звёздочки и луна».

Раздел 7. Постановочно-репетиционная работа

Теория. Значение слова «Постановочно-репетиционная работа». Понятие «Рисунок танца», «Танцевальный этюд», «Игровой танец», «Танцевальная лексика», «Танцевальный образ».

Практика. Танцевальные этюды – «На полянке», «А вы были в зоопарке?», «Матрешки», «Во саду ли, во огороде». Разучиваются игровые танцы детской тематики с минимальным использованием танцевальной лексики и рисунка танца («По ягоды», «А рыбы в море плавают вот так», «У медведя во бору», «Солнышко встало рано»).

Раздел 8.

Итоговое занятие

Практика. Подготовка и проведение открытого занятия для родителей «Чему научились». Презентация достижений. Обсуждение итогов года.

Содержание программы второго года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Цели и задачи на новый учебный год. Беседа о правилах поведения и технике безопасности на занятиях. Системность занятий - путь совершенствования физической формы юного танцора.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Теория. Рассказать, как задействована та или иная эластичная мышца во время определенных танцевальных движений.

Практика. Продолжать совершенствовать упражнения, пройденные в 1-ом году обучения. Нажим на мышцы подъема при выполнении упражнения «лягушата», «щучки» идет сильнее. Выполнение кругов ногами для укрепления мышц живота. Упражнения для растяжки - «шпагаты». Разрабатывание мышц стопы. Умение напрягать и расслаблять все мускулатуру сразу. Поднятие ног по ступеням с исполнением на каждой ступени разнообразных движений: «ножницы», дуговые движения стопой, вытягивание и сокращение подъема.

Раздел 3. Ритмика

Теория. Музыка, ритм и движение.

Практика: Проведение музыкально ритмических игр «Определи характер музыки», «Весело танцуем», способствующих приобретению умения двигаться в ритме и темпе музыки. Игры «Пойми меня», «Сделай так», «Музыкальная шкатулка» направленные на развитие творческого воображения, эмоциональную отзывчивости, умение детей фантазировать, соединять движения в комбинации в игре. Игра «Музыкальная змейка» на развитие координации движения, музыкального слуха.

Раздел 4. Элементы классического танца

Теория. Требования классического танца: осанка, гибкость, музыкальность, шаг, выворотность. Беседа о красоте и эстетике классического танца. Видеоряд фрагментов известных балетов для детей: «Спящая красавица», «Кошкин дом», «Руслан и Людмила».

Практика. Развитие элементарных навыков координации движений, с помощью упражнений у станка для рук и ног. Изучение основных движений экзерсиса в медленном темпе через 1 поз. ног лицом к палке: battment-tendu, releve на полупальцы, battment-jete, rond de gamb par terre, releve lian на 45%, port de bras, grand battement. Исполнение прыжков по 6 позиции ног (комбинируя медленно-быстро). Формирование навыков развития «Баллона», т.е. способности задерживаться в воздухе в определенной позе. Совершенствование исполнения подскоков и галопа, «полечки».

Раздел 5. Элементы народно - сценического танца

Теория. Рассказ о танцевальном русском творчестве, об особенностях танцев других народов (татарский, украинский, белорусский и др.). Основные отличия от исполнения русских движений. Показ простых элементов разных тан-

цев. Рассказать о значении сценического костюма, рассмотреть костюмы. Знакомство с творчеством ансамбля им. Пятницкого и Игоря Моисеева. Просмотр видеоматериалов выступлений ведущих ансамблей России.

Практика. Соединение выученных на 1-ом году обучения движений в танцевальные комбинации. Усовершенствование исполнения дробей, двойные дробь, дробь в продвижении, присядок и вращений: бегунок, «поджатые». «Веребочка» комбинируется с другими движениями: притоп, ковырялочка, переступания. Использование рук во время исполнения того или иного элемента. Приобретение манеры исполнения в «кадрильном» шаге и хороводных элементах. Изучение простейших движений из белорусских танцев: «Крыжачок», «Лявониha»; из украинских танцев: «Гопак», «Ползунец». Работа с кистями рук для использования в восточных и цыганских танцах. Усложнение хлопущек у мальчиков, их совершенствование. Этика общения с партнером.

Раздел 6. Дуэтный танец

Теория. Понятие «Дуэтный танец», его роль в развитии хореографического искусства.

Практика. Научить детей работать в парах (различные положения рук), грамотно перестраиваться по рисункам не мешая партнеру. Изучение элементарных поддержек в парах.

Раздел 7. Акробатика

Теория. Рассказ о необходимости использовать акробатических и трюковых элементов в народном танце, их четкость исполнения и аккуратность, дисциплина при изучении. Показ педагогом всех изучаемых движений, просмотр видео материала.

Практика. В подготовку, к исполнению сложных трюковых элементов, входит закачивание мышц рук и ног с помощью партерной гимнастики. Использование силовых больших прыжков «стульчик», «ножницы»; «поджатые» по диагонали и на месте. Изучение движения «колесо» и его усовершенствование в течение года. Приобретение четкости в исполнении движения «ползунок» на одной, двух ногах и без рук, прыжки из присядки для укрепления коленных суставов и развития «баллона», а также для дальнейшего изучения в конце года движений: «разножка» снизу сверху; «щучка» снизу, сверху. Для укрепления пресса - движение «уголок», «отжимание» на кулаках.

Раздел 8. Актерское мастерство

Теория. Рассказ о мимике и жестах при исполнении характерных движений, о значении улыбки на сцене.

Практика. Формирование умения следить за выражением лица, во время исполнения движений, улыбаться на сцене. Предложить учащимся изобразить: радостную улыбку (приятная встреча); утешительную улыбку (все бу-

дет хорошо); счастливую улыбку (наконец-то, какой успех); удивленную улыбку (не может быть); огорченную улыбку (как же так, ну вот опять).

Вырабатывать умение чувствовать и исполнять движения в манере деревянных игрушек, разнообразных животных: кошка, собака, медведь, пингвин и т.д. Выражение отношения к тому или иному человеку, предмету: безразличие, неприязнь, симпатия, радость. Проигрывание небольших сценок, для выражения собственного отношения посредством мимики и жестов «Грибник пошел за грибами в лес и пришел с пустым лукошком..», «Пассажир отстал от поезда...», « Имениннику вручили подарок...» и др. Проведение игр: «Море волнуется раз...».

Раздел 9. Постановочно-репетиционная работа

Теория. Знакомство с характером новой постановки, музыкальным сопровождением, сценическим костюмом. Повторение методики исполнения изученных движений, используемых в новой постановке.

Практика. Работа над техникой исполнения движений и комбинаций танца. Переход от одной комбинации к другой через рисунки танца. Разводка танца (1 часть, 2 часть и финал).

Раздел 10. Итоговое занятие.

Практика. Занятие - концерт «Наши достижения». Коллективное обсуждение итогов года.

Содержание программы третьего года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Итоги работы хореографического коллектива прошлый год. Инструктаж о правилах поведения и технике безопасности на занятиях. Информация о предстоящих выступлениях в течение года.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Теория. Создание психологического настроения и оказание помощи при выполнении упражнений.

Практика. Усиление амплитуды нажима во всех движениях, пройденных за 1-й, 2-й годы обучения. Увеличение количества упражнений: бросков ног, круговых движений стопой, «лодочки», «колечки», «шпагаты». Вовремя исполнения боковых «шпагатов» применение складывания к ногам, во время прямого шпагата - складка вперед. Отработка при растяжении паховой выворотности: «лягушки» на животе с погибом назад.

Раздел 3. Ритмика

Теория. Беседа «Музыкально-подвижные и танцевальные игры как средство развития юного танцора».

Практика. Танцевальные игры : «Цепная реакция или снежный ком», «Цепочка» (змейка), «Пары объявляет ведущий», «Невод», «Конкурс трех тан-

цев, «Штрафная площадка», «Танцующие линии», «Поиск ведут знатоки», «Алфавит». Музыкальные игры «Быстро по местам», «Запомни мелодию», «Узнай регистр», «Запев, припев», «Пустое место» и другие.

Раздел 4. Элементы классического танца

Теория. Рассказ о профессии артиста балета. Знакомство с названиями изучаемых движений. Показ педагогом прыжков, вращений и движений у станка.

Практика. Дальнейшее изучение движений классического экзерсиса у станка (за одну руку, увеличивается темп и движения исполняются в комбинациях: demi-plie, battment-tendu, releve на полупальцы, battment-jete, rond de gamb par terre, releve lian на 45%, port de bras, grand battement, танцевальные элементы на середине зала, развитие технических навыков исполнения, выявление индивидуальных особенностей учащихся. Выработка мышечной силы и выносливости. Усложнение выученных движений. Растяжка мышц ног с помощью станка, усовершенствование навыков, полученных при занятиях партерной гимнастикой.

Раздел 5. Элементы народно - сценического танца

Теория. Беседа о бытовых традициях русского народа и других стран, воплощенных в танцах. Манера и характер, экспрессия народных танцев Латинской Америки, цыган, испанцев. Мягкость и пластика восточных танцев.

Практика. Изучение движений и их разнообразных вариаций. Усложнение движений, их соединение между собой, умение перейти от одного движения к другому. Отработка исполнения учащимися небольших вариаций из танцев народов мира и русских народных постановок. Отработка полных поворотов и вспомогательных движений в начале или в конце исполнения: притопы, перескоки, подскоки. Усложнение «веревочки» и «дробей» с помощью двойных ударов стопой. Изучение испанских, восточных, латиноамериканских положений рук и корпуса. Исполнение простейших движений из этих танцев.

Раздел 6. Дуэтный танец

Теория. Показ иллюстраций положения рук в парах. Методика исполнения данного материала.

Практика. Приобретение навыка чувствовать партнера. Движение Умение исполнять движение полечка, галоп, в паре одновременно не обгоняя друг друга, не мешая друг другу. Изучение того, как правильно держаться руками в этих движениях. Постановка корпуса и головы по отношению к партнеру. Игровые «кадрильные» элементы в паре: девочка идет «кадрильным» шагом, мальчик за ней в присядке, изображая отношение к партнерше.

Раздел 7. Акробатика

Теория. Рассказать, как акробатика помогает танцорам в координации, выразительности движений, в усложнении рисунка танца. Соблюдение техники безопасности при выполнении сложных трюковых элементов. Оборудование

для занятий: маты, турник, предметы. Показ педагогом несложных акробатических трюков.

Практика. Увеличение количества исполняемых силовых прыжков снизу и сверху «стульчик», «поджатые». Упражнение «ножницы», исполнение с большим поднятием ног. Движение «колесо» с согнутыми ногами и на одной руке, влево, вправо. Усовершенствование движений «щучка», «ползунок» «разножка».

Раздел 8. Актерское мастерство

Теория. Беседа «Актерское мастерство и пластическая выразительность в хореографии». Познакомить с понятием «пантомима и мимика», их значение в работе артиста. Образная жестикуляция, умение выразить лицом определенные моменты состояния души - успех артиста в исполнении сюжетных танцев. Яркая образность исполнителя позволяет зрителю понять смысл, заложенный в танцевальный номер хореографом-постановщиком.

Практика.

Упражнения и этюды на отработку элементов внутренней техники актера: предложить детям пройти по камешкам через ручей от лица любого персонажа (сказки, рассказа, мультфильма) по их выбору. Игры в пантомиму. Без слов, с помощью двигательных и мышечных действий помочь учащимся игры отгадать задуманный образ (солнце, ученик, учитель, врач, море, цветок и другое). Игра «Пойми меня». Создание этюдов по заданной теме, направленных на работу с объектом общения («Встреча», «В лесу», «Встреча на лугу»).

Раздел 9. Постановочно-репетиционная работа

Теория. Знакомство с характером новой постановки, музыкальным сопровождением, сценическим костюмом. Повторение методики исполнения изученных движений, используемых в новой постановке.

Практика. Работа над техникой исполнения движений и комбинаций танца. Переход от одной комбинации к другой через рисунки танца. Разводка танца (1 часть, 2 часть и финал).

Раздел 10. Итоговое занятие.

Практика. Занятие – концерт «Наши достижения». Коллективное обсуждение итогов года.

Содержание программы четвертого года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Итоги работы хореографического коллектива в прошлом учебном году. Цели и задачи в новом учебном году. Техника безопасности в хореографическом зале. Информация о предстоящих выступлениях в течение года.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Теория. Совершенствование и усложнение движений на полу. Беседа «Как правильно заниматься гимнастикой дома».

Практика. Увеличение нагрузки при выполнении движений, направленных на развитие профессиональных данных. Разработка стопы. Совершенствование исполнения упражнений «шпагат», «мостик», «щучки», «лягушка».

Раздел 3. Элементы классического танца

Теория. Продолжать знакомить учащихся с элементами классического танца. Отметить красоту, гармоничность, классического танца. Рассказ о работе мышц при выполнении движений у станка, на середине зала.

Практика. Работа ног у станка из V позиции. Приобретение навыка сохранять плавность и слитность движений, характерных для port de bras. Отработка пластической выразительности в танце. Изучение основных прыжков классического танца лицом к станку, по мере усвоения на середине зала: temps – live – sote по всем позициям ног, changement de pied, pa echappe.

Раздел 4. Элементы народно - сценического танца

Теория. Рассказ «Танец - та же речь. Слово народа, сказанное о себе». Знакомство с танцами народов Севера, которые основаны на сюжетах и сценах из повседневной жизни, обрядовых действиях, камланиях шаманов. Танцы северных народов сопровождаются их горловым пением, искусно соединённым с вокалом.

Практика. Развитие ритма, умения дробить без музыкального сопровождения. Исполнение элементов танцев народ Севера в образе чаек, оленей, шаманов. Усовершенствование пластики и танцевальности в разнообразных медленных, лирических этюдах на темы русских танцев. Работа над техникой вращения на середине зала и по диагонали.

Раздел 5. Дуэтный танец

Теория. Беседа «Дуэтный танец - танцевальный диалог танцовщиков».

Рассказать о дуэтных танцах, где присутствуют сложные поддержки (партерные, воздушные). Чувство взаимного темпа партнеров во время танца. Просмотр фрагментов парных танцев «краковяк», «полонез» и т.д.

Практика. Исполнение простейших поддержек их танца «Каток», приобретение навыков сценического общения. Проведение коммуникативных танцев - игр «Ручеёк» с платочком, «Веселые пары», «Весёлый хоровод», «Найди себе пару» и др.

Раздел 6. Акробатика

Теория.

Практика. Совершенствование пройденного материала. Изучение движений «птичка», «крокодильчик», «собачка», «мельница». Подготовка к движениям «пистолет» и «бедуинский». Комбинирование различных трюков между

собой. Учиться исполнять акробатические элементы в соответствии с музыкальным сопровождением.

Раздел 7. Актерское мастерство

Теория. Знакомство с особенностями выполнения шуточных сценок в русском танце. «Барыня» - раскрепощенный и свободный танец, любимейшая русская забава на праздниках и тематических вечерах.

Практика. Игры «Жили у бабуси два веселых гуся», «Оркестр».

Упражнения на развитие хореографического мышления.

Упражнения – этюды на жесты, походку, бег, позы.

Раздел 9. Постановочно-репетиционная работа

Теория. Знакомство с характером новой постановки, музыкальным сопровождением, сценическим костюмом. Повторение методики исполнения изученных движений, используемых в новой постановке.

Практика. Работа над техникой исполнения движений и комбинаций танца. Переход от одной комбинации к другой через рисунки танца. Разводка танца (1 часть, 2 часть и финал).

Раздел 10. Итоговое занятие.

Практика. Отчетный концерт для родителей и гостей. Презентация лучших достижений учащихся. Коллективное обсуждение итогов года.

Формы занятий:

- **групповая форма** (группы формируются с учетом возраста детей, также различаются по половому признаку; группа может насчитывать от 10 до 15 человек; группа может состоять из участников какого-либо танца или этюда);
- **коллективная форма** (такая форма применяется для проведения сводных репетиций, постановок танцев, где задействовано несколько возрастных групп);
- **индивидуальная форма** (работа с солистами, наиболее одаренными детьми либо для детей, не усвоивших пройденный материал, отстающими детьми).

Основная форма организации работы – учебное занятие, которое включает в себя теоретическую информацию и практические знания. Особая роль в формировании хореографического коллектива отводится репетициям (отработке отдельных танцевальных движений, номеров, концертных программ, путем многократного повторения), которые составляют большую часть практических занятий.

Наряду с традиционными формами организации детей в учебном процессе (беседой, рассказом, игрой) используются нетрадиционные, такие как творческие мастерские, занятие - концерт, импровизация, заочная экскурсия, конкурс, с помощью которых активизируются психические процессы обучающихся: память, внимание, восприятие, мышление, внимание, информация эффективней усваивается на эмоциональном уровне.

Методы обучения:

- словесный (анализ, объяснение, разбор);
- наглядный (показ, демонстрация отдельных частей и всего движения, просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиков, танцевальных коллективов);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, отработка отдельных элементов);
- индивидуальный подход к каждому воспитаннику с учетом природных и возрастных особенностей, уровня подготовки;
- импровизационный (упражнения, задания, этюды, способствующие свободному и непринужденному движению, раскрепощению, снятию зажимов, внутренней свободы, уверенности);
- игровой (игры подвижные, музыкальные и др., способствующие эмоционально - образному уточнению представлений о характере движений);
- аналитический (сравнение и обобщение, развитие логического мышления).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ курса внеурочной деятельности

Регулятивные универсальные учебные действия

На занятиях ритмикой и основами хореографии учащиеся должны овладеть разными типами учебных действий, направленных на организацию своей работы, включая:

- способность принимать и сохранять в памяти учебную цель и задачу;
- планировать её реализацию;
- контролировать и оценивать свои действия;
- вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

Саморегуляция:

- концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий;
- стабилизация эмоционального состояния для решения поставленных задач;
- активизация сил и энергии, к волевому усилию для решения поставленных задач.

Познавательные универсальные учебные действия

Общеучебные:

- самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;
- использовать общие приёмы решения задач;
- применять правила и пользоваться освоенными закономерностями;
- выбирать наиболее эффективные способы решения задач;
- контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности;

- ставить, формулировать и решать проблему;
- самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем.

Логические:

- подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделение существенных признаков;
- подведение под правило;
- классификация по заданным критериям;
- установление причинно – следственных связей.

Информационные:

- поиск и сбор необходимой информации из различных источников;
- передача информации.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Инициативное сотрудничество:

- ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.

Планирование учебного сотрудничества:

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- договариваться о распределении ролей и функций в совместной деятельности.

Взаимодействие на занятиях:

- формулировать собственное мнение и позицию; уметь учитывать позицию собеседника;
- задавать вопросы; адекватно воспринимать и передавать информацию;
- строить понятные для партнёра и педагога высказывания.

По окончании 1 года обучения учащиеся должны

знать:

- правила поведения в хореографическом классе;
- значение специальных терминов и понятий;
- классические позиции рук и ног (1,2,4) их названия;
- постановку спины и головы.

уметь:

- различать положение правильной и неправильной осанки;
- передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке, запоминать изменения рисунка;
- согласовывать движения с музыкой;
- исполнять танцевальный шаг, шаг на полупальцах, бег, подскоки, прыжки, галоп;
- разбираться в средствах музыкальной выразительности (темпе, динамике, ритме);

- грамотно выполнять движения партерной гимнастики: «колечко», «мостик», «лягушка»; «циркуль» (развитие гибкости, выворотности и растяжки);
- Исполнять простейшие движения народных танцев: подскоки, галоп, присядка, «ковырялочка», «гармошка», «моталочка», «припадание», «каблучки», шаг по первой позиции, «простой ключ».

По окончании 2 года обучения учащиеся должны

знать:

- простейшие особенности и отличия лексики танцев разных народов, различать на слух их музыкальное сопровождение;
- музыкальный размер;

уметь:

- владеть центром тяжести тела;
- ориентироваться в пространстве;
- выполнять подготовительные движения рук, правильно открывать и закрывать руку на талию;
- выполнять движения в ритме мелодии;
- выполнять простейшие классические движения у станка: demi-plie, battment-tendu, releve на полупальцы, battment-jete, rond de gamb par terre, releve lian на 45, port de bras, grand battement (лицом к палке);
- выполнять легкий шаг с движениями рук, бег с элементами дроби, кадрильный шаг по диагонали, подскоки по диагонали, полечку с подскоками, прыжки «поджатые»;
- передавать выразительность танца;
- исполнять простейшие этюды;
- мысленно раскрепощаться, выполнять индивидуальные задания на создание определенного образа с помощью пластики и мимики (животный мир, человеческие эмоции).

По окончании 3 года обучения учащиеся должны

знать:

- классическое положение рук и ног, соединение их с прыжками;
- знать и понимать танцевальную терминологию на французском языке;

уметь:

- правильно двигаться в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- чувствовать характер музыки и в соответствии с этим уметь передавать настроение;
- выполнять несложные танцевальные комбинации;
- освоить простейшие элементы классического экзерсиса у станка: demi-plie, battment-tendu, releve на полупальцы, battment-jete, rond de gamb par terre, releve lian на 45%, port de bras, grand battement (за одну руку) и танцевальные элементы на середине зала;

- выполнять движения русского танца: переменные ходы, припадания, притопы, «ключ», простой и дробный, простейшие дроби;
- различать особенности исполнения танцев разных народов (русский, белорусский, украинский, элементы танцев народов Севера);
- быть раскрепощенным на сцене и свободным в обыгрывании танца на сцене.

По окончании 4 года обучения учащиеся должны

знать:

- музыкальный размер изучаемых танцев;
- методику исполнения танцевальных элементов и движений;
- основы истории возникновения и развития народного танца, обычаи и традиции народов, танцы которых исполняет коллектив;
- особенности народного костюма.

уметь:

- исполнять препарасьон;
- грамотно исполнять прыжки классического танца: temps–live sote по всем позициям ног, changment de pied, ра есhаpре.
- исполнять русский или другой несложный национальный танец;
- правильно выполнять присядочные движения;
- выполнять вращение на месте, по диагонали, по кругу;
- самостоятельно составлять несложные танцевальные композиции;
- совмещать свое эмоциональное состояние с техникой исполнения в танцевальных номерах;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость.

Формы подведения итогов

В программу заложены этапы педагогического контроля:

Текущий и промежуточный контроль осуществляется по полугодиям и после каждого года обучения, в форме открытого занятия внутри объединения.

Итоговый контроль осуществляется по результатам каждого года обучения **в следующих формах:**

- зачетного занятия (после 1-го, 2-го года обучения);
- отчетного концерта (после 3-го и 4-го года обучения);

Педагог осуществляет оценку личностного и творческого роста, учитывая выступление обучающихся в конкурсах и фестивалях (городских, региональных, всероссийских), в составе концертной группы, в малых формах.

Оценка освоения программного материала

При анализе уровня усвоения программного материала детьми, педагог использует *карты достижений воспитанников*, где усвоение программно-

го материала и развитие других качеств обучающихся определяются по трем уровням:

- **высокий уровень** – программный материал усвоен обучающимся полностью, точное знание терминологии и правил исполнения танцевальных движений, музыкальность, выразительность исполнения танцевальных композиций, умение работать в хореографическом коллективе, техника исполнения высокая, владение навыками сольного исполнения танцевального номера, имеются высокие достижения (победы в международных, всероссийских, областных конкурсах детского творчества);
- **средний уровень** - неполное владение теоретическими знаниями, недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций, с точки зрения музыкальности, координации движений, умение работать в хореографическом коллективе, у техника исполнения низкая, участвует в фестивалях и конкурсах детского творчества на уровне образовательного учреждения, города;
- **низкий уровень** – слабое усвоение теоретического программного материала, техника исполнения низкая, недостаточная сформированность навыков работы в хореографическом коллективе, частичный ввод в репертуар ансамбля, участвует в концерте на уровне коллектива.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ, С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПО ЭТОЙ ТЕМЕ ЭЛЕКТРОННЫХ (ЦИФРОВЫХ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ

Первый год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2.	Партерная гимнастика	5	1	4
3.	Ритмика	4	1	3
4.	Элементы классического танца	8	1	7
5.	Элементы народно - сценического танца	7	1	6
6.	Актерское мастерство	3	1	2
7.	Постановочно-репетиционная работа	4	1	3
8.	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	33	7	27

Второй год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2.	Партерная гимнастика	3	1	2
3.	Ритмика	3	1	2
4.	Элементы классического танца	7	1	6
5.	Элементы народно - сценического танца	7	1	6
6	Дуэтный танец	3	1	2
7.	Акробатика	3	1	2
8.	Актерское мастерство	3	1	2
9.	Постановочно-репетиционная работа	3	1	2
10.	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	34	9	25

Третий год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2.	Партерная гимнастика	4	1	3
3.	Ритмика	3	1	2
4.	Элементы классического танца	6	1	5
5.	Элементы народно - сценического танца	7	1	6
6	Дуэтный танец	3	1	2
7.	Акробатика	3	1	2
8.	Актерское мастерство	3	1	2
9.	Постановочно-репетиционная работа	3	1	2
10.	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	34	9	25

Четвертый год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2.	Партерная гимнастика	4	1	3
3.	Элементы классического танца	7	1	6
4.	Элементы народно - сценического танца	7	1	6

5	Дуэтный танец	4	1	3
6.	Акробатика	3	1	2
7.	Актерское мастерство	4	1	3
8.	Постановочно-репетиционная работа	3	1	2
9.	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	34	8	26