

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя школа № 28 имени А. Смыслова г. Липецка

Рассмотрено на заседании педсовета
Протокол № 14 от 30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СШ № 28
г. Липецка
 И.Н. Квасова
Приказ № 235-о от 30.08.2023



Программа внеурочной деятельности
«Хореография»
для учащихся 1-х классов

Г.Липецк
2023

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Хореография» направлена на формирование и развитие творческих способностей детей.

Цель программы – формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, организация их свободного времени.

Задачи программы:

- создание условий для творческого развития ребёнка;
- приобщение учащихся к общечеловеческим ценностям, к культуре русского народа;
- воспитание художественного вкуса, интересов учащихся;
- развитие эмоциональной отзывчивости на произведения танцевального искусства;
- формирование общей культуры личности ребёнка, способной адаптироваться в современной жизни, его профессионального самоопределения;
- укрепление физического и психического здоровья детей

При проведении занятий курса используются методы:

- словесный (объяснение, замечание)
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов)
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Занятия проводятся в форме групповой работы.

Используются следующие формы организации внеурочной деятельности:

- обучающее занятие
- тренировочное занятие
- коллективно – творческое занятие
- беседы по истории танца.

В ходе реализации Программы учащиеся достигнут следующих результатов:

I. Личностные:

- определять смысл влияния занятий хореографией на здоровье человека;
- 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.

II. Регулятивные:

- ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;

- составлять план и последовательность действий для достижения результата;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

III. Предметные:

- знакомство с хореографическим искусством;
- приобретение музыкально – ритмических навыков;
- выполнение ритмических комбинаций;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Обучающиеся научатся:

определять характер музыкального произведения, темп музыкального произведения, строение музыкального произведения, ритмический рисунок, музыкальный размер.

Обучающиеся будут знать:

прямые (невыворотные) позиции ног, точки хореографического зала,

Обучающиеся будут уметь исполнять:

бытовой, лёгкий шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, лёгкий бег, боковой подскок (галоп), полуприседания по прямым позициям, выдвижение ноги из VI позиции, поднимание на полупальцы по VI позиции, прыжки на двух ногах по VI позиции, движения для головы, корпуса, плеч, реверанс для учениц, поклон для учеников в ритме вальса, двигаться по диагонали, строиться в колонну по одному, перестраиваться в пары и обратно, перестраиваться в круг, сужать и расширять круг.

Формы контроля:

1. Рефлексия по каждому занятию в форме наглядного показа усвоенного материала.
2. По итогам курса обучающиеся выполняют самостоятельную работу – сочинение танцевальных комбинаций на основе элементов классического и народно – сценического танцев.
3. В рамках курса предполагается проводить итоговые занятия, открытые уроки, выступления на мероприятиях различного уровня, участие в конкурсах хореографического искусства.

Реализация мероприятий, предусмотренных Программой, позволит:

- сформировать и развить творческие способности учащихся,
- удовлетворить их индивидуальные потребности в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании,
- сформировать культуру здорового и безопасного образа жизни,
- укрепить здоровье,
- организовать их свободное время

Учебно – тематический план

| № п/п | Название темы | Количество часов | Контроль |
|-------|--|------------------|--------------------------------|
| 1. | Ритмика. Элементы музыкальной грамоты. | 5 | |
| 2. | Танцевальная азбука. Элементы классического и народного танца. | 20 | Открытое занятие |
| 3. | Танцевальные этюды. | 8 | Постановка танцевального этюда |
| 4. | Всего: | 33 | |

Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание программы внеурочной деятельности «Хореография», 1 класс.

Тема 1. Ритмика. Элементы музыкальной грамоты

Характер музыкального произведения.

Темп музыкального произведения.

Строение музыкального произведения.

Ритмический рисунок.

Музыкальный размер.

Тема 2. Танцевальная азбука. Элементы классического и народного танца

Шаги: бытовой, лёгкий шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, лёгкий бег, боковой подскок (галоп).

Позиции ног: прямые (невыворотные).

Полуприседания по прямым позициям.

Выдвижение ноги: в сторону, вперёд и назад из VI позиции; в сочетании с полуприседанием.

Поднимание на полупальцы по VI позиции.

Прыжки на двух ногах по VI позиции.

Различение правой, левой ноги, руки, плеча; повороты вправо и влево.

Движения для головы: повороты направо – налево; наклоны вверх – вниз; наклоны с различной амплитудой.

Движения плеч и корпуса: подъём и опускание плеч, наклоны корпуса вперёд и в сторону, повороты, выводя правое и левое плечо вперёд.

Реверанс для учениц, поклон для учеников в ритме вальса.

Тема 3. Танцевальные этюды.

Точки хореографического зала.

Свободное размещение в зале.

Движение по диагонали.

Построение в колонну по одному.

Построение в пары и перестроение обратно.

Круг, сужение и расширение круга.

Постановка и отработка танцевального этюда «Снежинки».

Постановка и отработка танцевального этюда «Полька»

Ресурсное обеспечение Программы

Для реализации Программы необходимо ресурсное обеспечение, в которое входит:

- Кадровое обеспечение – программа реализуется педагогом дополнительного образования, высшая категория, стаж работы 20 лет. При необходимости привлекается школьный педагог – психолог, стаж работы – 3 года.

Для практической отработки Программы задействованы социальные партнёры: специалисты ДК «Сокол», ДДТ «Сокол», завода «Свободный сокол», ДШИ №4, и т.д.

- Материально – техническое обеспечение Программы:

- кабинет хореографии (№32)
- раздевалка
- гардеробная
- рабочее место педагога – 1
- комплект дисков с записями танцевальных мелодий – 10
- хореографический станок – 1
- фортепиано – 1
- CD/DWD – проигрыватель – 1
- зеркальная стенка – 1
- сценические костюмы и аксессуары
- шкаф – витрина – 1

- Информационно – методическое обеспечение Программы:

- пособия для педагога:

1. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2007.
 2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М.: Владос, 2004.
 3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М.: Владос, 2005.
 4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М.: Владос, 2004.
 5. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике. Выпуск I. – М.: Музыка, 2003
 6. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы. Методическое пособие. – М.: Дрофа, 2001
- пособия для учащихся:
1. Александрова Н.А., Малышевская Е.А. Классический танец для начинающих. – СПб.: Лань, Планета музыки, 2009.
 2. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. – СПб.: Лань, Планета музыки, 2008.
 3. Волынский А.Л., Книга ликований. Азбука классического танца. – СПб.: Лань, Планета музыки, 2008.
 4. Гейл Гранд. Практический словарь классического балета. – М.: МГАХ, РАТИ-ГИТИС, 2009.
 5. Климов А.А. Русский народный танец. Выпуск I. Север России. – М.: МГУК, 2001.

6. Словарь терминов основ хореографии. – СПб.: Детство – Пресс, 2009.

Рекомендуемая литература

1. Пустовойтова М. Б. Ритмика для детей 3 – 7 лет. - М.: Владос, 2008.
 2. Ромм В. В. Танец и здоровье – Новосибирск.: Сибирский капитал, 2000.
 3. Чавро Т. В., Квасиани Г. Ш., Хруцкая Г. А. Развитие творческих способностей младших школьников на уроках ритмики. – М.: МГУ им. Кулешова, 2009.
 4. Люси Смит. Танцы. Начальный курс. – М.: АСТ, Астрель, 2001.
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов: <http://school-collection.edu.ru>

Тематическое планирование

| № п\п | Тема | Общее количество часов |
|---|---|------------------------|
| Ритмика. Элементы музыкальной грамоты (5 часов) | | |
| 1. | Характер музыкального произведения | 1 |
| 2. | Темп музыкального произведения | 1 |
| 3. | Строение музыкального произведения | 1 |
| 4. | Ритмический рисунок | 1 |
| 5. | Музыкальный размер | 1 |
| Танцевальная азбука. Элементы классического и народного танца (20 часов) | | |
| 6. | Позиции ног: прямые (невыворотные) I, II | 1 |
| 7. | Различение правой, левой ноги, руки, плеча; повороты вправо и влево | 1 |
| 8. | Повороты головы направо – налево, наклоны головы вверх-вниз, наклоны с различной амплитудой | 1 |
| 9. | Полуприседания по I, II прямым позициям | 1 |
| 10. | Бытовой шаг, лёгкий шаг с носка (танцевальный) | 1 |
| 11. | Позиции ног: прямые (невыворотные) III, IV | 1 |
| 12. | Подъём и опускание плеч, наклоны корпуса вперёд и в сторону | 1 |
| 13. | Полуприседания по III, IV прямым позициям | 1 |
| 14. | Шаг на полупальцах, лёгкий бег | 1 |
| 15. | Позиции ног: прямые (невыворотные) V, VI | 1 |
| 16. | Полуприседания по V прямой и VI позициям | 1 |
| 17. | Выдвижение ноги в сторону и вперёд из VI позиции | 1 |
| 18. | Повороты корпуса, выводя правое и левое плечо вперёд | 1 |
| 19. | Реверанс для учениц, поклон для учеников в ритме вальса | 1 |

| | | |
|-------------------------------------|---|----|
| 20. | Выдвижение ноги назад из VI позиции | 1 |
| 21. | Боковой подскок (галоп) | 1 |
| 22. | Выдвижение ноги вперёд, в сторону из VI позиции в сочетании с полуприседанием | 1 |
| 23. | Поднимание на полупальцы по VI позиции | 1 |
| 24. | Выдвижение ноги назад из VI позиции в сочетании с полуприседанием | 1 |
| 25. | Прыжки на двух ногах по VI позиции | 1 |
| Танцевальные этюды (8 часов) | | |
| 26. | Точки хореографического зала Свободное размещение в зале | 1 |
| 27. | Построение в колонну по одному Движение по диагонали | 1 |
| 28. | Построение в пары и перестроение обратно | 1 |
| 29. | Круг, сужение и расширение круга | 1 |
| 30. | Постановка танцевального этюда «Снежинки» | 1 |
| 31. | Отработка танцевального этюда «Снежинки» | 1 |
| 32. | Постановка танцевального этюда «Полька» | 1 |
| 33. | Отработка танцевального этюда «Полька» | 1 |
| Итого: | | 33 |