

Содержательный раздел

Основной образовательной программы основного общего образования

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения

«Средняя общеобразовательная школа № 20»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По внеурочной деятельности «Хореография»

Количество часов: 544

Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Постникова Ю.И. учитель хореографии

Новомосковск, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Хореография» составлена с учётом Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ ред. от 23.07.2013, приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 с изменениями от 31.12.2015 г. N. 1577 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»; приказа министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального, общего, основного общего и среднего общего образования, постановления главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», письма министерства просвещения Российской Федерации от 05.09.2018 N. 03-ПГ-МП-42216 «Об участии учеников муниципальных и государственных школ Российской Федерации во внеурочной деятельности», методического конструктора внеурочной деятельности школьников (под ред.: Д.В. Григорьева, Н.В. Степанова, Москва «Просвещение», 2010)на основе нескольких программ:

Ж.Е. Фирилева Е.Г. Сайкина «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально - игровая гимнастика для детей.С.П.2003 год.

Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная «Учите детей танцевать» ВЛАДОС 2003 год.

А.И. Буренина Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» С.-П. 2000 год.

«Ритмика в начальной школе» учителя ритмики муниципальной средней общеобразовательной школы № 65 Привокзального района г. Тулы Паршиковой В.М. 1998год.

«Ритмика и основы, хореографии» программа учителя хореографии муниципальной общеобразовательной школы №7 г. Щекино Тульской области Гапоненко С.И. 1995 год.

При разработке программы учтены возможности образовательной организации по реализации ФГОС, а также интересы учащихся и их родителей.

Внеурочная деятельность введена в часть учебного плана, формируемого образовательной организацией в рамках **общеэстетического направления**.

Цель: - формирование личности обучаемого, идейно - нравственной направленности его сознания в отношении к музыке и хореографической культуре, приобщение к искусству, развитие его художественного вкуса потребностей и интересов, развитие творческого потенциала личности.

Задачи:

- Обучающая - формировать у учащихся танцевальные знания, умения и навыки на основе усвоения ими программного материала.

- Развивающая - развить двигательно-ритмические навыки, чувство ритма, музыкальный слух, двигательную память, умение ориентироваться на сценической площадке; формировать художественный вкус.
- Воспитывающая - формировать навыки культуры общения и поведения на сценической площадке, соблюдать правила танцевальной этики; воспитывать у обучаемых самостоятельность, аккуратность, чувство коллективизма и ответственности за порученное дело.

Место курса в плане внеурочной деятельности МБОУ «СОШ № 20»: учебный курс предназначен для обучающихся 5,7,8,9 классов; рассчитан на 16 часов в неделю/544 часа в год.

5 класс

Личностные и метапредметные результаты внеурочной деятельности «Хореография»

Личностные результаты:

- формирование ценностного отношения к своему здоровью;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование самостоятельности;
- формирование эмоционального отношения к занятиям;
- формировать умение координировать свои усилия с усилиями других;
- формирование этических качеств: доброжелательность и эмоциональной отзывчивости.

Метапредметные результаты:

- формирование способности понимать и принимать учебную цель и задачи;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия;
- формирование умения понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности;
- формировать способности к сотрудничеству, ставить новые учебные задачи;
- формировать способности выполнения музыкально-ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения и укрепления собственного здоровья.

Содержание тем внеурочной деятельности «Хореография»

Раздел 1. Музыкальные понятия

Теоретическая часть - Понятие о характере музыки.

Подбор эпитетов, отражающих ее настроение.

Понятие основных музыкальных жанров (песни, танца, марша).

Понятие о скорости музыкального движения - темпа. Понятие о силе звука - динамике.

Практическая часть - Выполнение движений в упражнениях, играх' тайцах соответственно характеру музыки, ее жанровым особенностям, соответственно темпу и динамике.

Раздел 2. Комплексы музыкально-ритмической гимнастики

Теоретическая часть - Отличительные особенности музыкально-ритмической гимнастики. Знания работы с атрибутами.

Практическая часть - Выполнение приемов упражнений с предметами: мячом, погремушками, султанчиками, лентами и без предметов под музыку.

Раздел 3. Танцевальная азбука

Теоретическая часть - Понятия «классический танец», «правильная осанка»,

«позиции рук и ног», «поклон-приветствие». Практическая часть - Постановка корпуса, ног, рук, головы.

Позиции ног: 1, 2, 3.

Позиции рук: подготовительная 1, 2, 3.

Раздел 4. Танцевальные движения

Теоретическая часть - Правила выполнения танцевальных шагов «бодрого», «мягкого», «пружинящего», на «прямых руках и ногах», бега «высоко захлестывая голень» и прыжков на месте на одной и двух ногах.

Практическая часть - Выполнение прыжков, танцевальных и беговых шагов соответственно характеру музыки в упражнениях, играх, танцах.

Раздел 5. Элементы танца

Теоретическая часть – Понятие приставного шага, простого переменного шага, топающего шага.

Отличие танцевального шага от бытового.

Правила выполнения танцевальных шагов.

Практическая часть - Выполнение танцевальных шагов под русскую народную музыку соответствующего характера. Выставление ноги на каблук и носок приемом «поставив сверху»

Раздел 6. Пространственные построения и фигуры

Теоретическая часть — Понятия «колонна», «шеренга», «круг», «полукруг».

Отличительные особенности.

Правила построения из одной фигуры в другую. Практическая часть - Построения в колонну, шеренгу, в круг, полукруг в музыкальных играх, упражнениях, танцах.

Движение в круг, взявшись за руки по часовой стрелке.

Перестроение из круга в полукруг и наоборот.

Раздел 7. Музыкально-ритмические, речевые и подвижные игры

Теоретическая часть - Правила проведения игр и эстафет.

Практическая часть - Выполнение игровых правил, соблюдение смены водящих во время игры.

Раздел 8. Постановочно-репетиционная работа

Теоретическая часть - Понятия «сюжет танца», «рисунок танца», «хореографический образ».

Практическая часть - Подготовка инсценировок, этюдов, танцев к выступлению.

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Хореография» 5 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Понятие о характере музыки	4
2	Комплекс ритмической гимнастики с мячом	4

3	Детский классический поклон	4
4	Позиции ног: 1, 2, 3	4
5	Бодрый и мягкий шаг. Пружинящий шаг	4
6	Ходьба на прямых руках и ногах	4
7	Приставной шаг в стороны. Приставной шаг вперед	4
8	Простой переменный шаг. Топающий шаг	4
9	Подвижная игра «Тюлени и медведь»	4
10	Комплекс ритмической гимнастики «Расскажи, Снегурочка»	4
11	Знакомство с музыкой танца «Полька-хлопушка»	4
12	Основные движения танца «Полька-хлопушка»: прыжки, хлопки в ладоши, поскоки	4
13	Комбинации движений и рисунок I части танца «Полька-хлопушка»	4
14	Комбинации движений и рисунок II части танца «Полька-хлопушка»	4
15	Повторение танца «Полька-хлопушка». Подготовка танца к выступлению	4
16	Подвижная и фа «Эстафета животных»	4
17	Основные музыкальные жанры (песня, танец, марш)	4
18	Комплекс ритмической гимнастики с ленточками	4
19	Знакомство с музыкой танца «Детский краковяк». Основные движения танца: тройной шаг с притопом, ритмические хлопки в ладоши	4
20	Повторение движений танца «Детский краковяк». Смена партнеров	4
21	Выполнение движений танца «Детский краковяк» в парах по кругу	4
22	Повторение танца «Детский краковяк». Подготовка танца к выступлению	4
23	Построение в шеренгу. Построение в колонну	4
24	Построение в полукруг. Построение в круг	4
25	Выставление ноги на пятку и на носок	4
26	Музыкальная игра «Найди игрушку по звуку»	4
27	Комплекс ритмической гимнастики «Часики»	4
28	Позиции рук: подготовительная, первая	4
29	Позиции рук: вторая, третья	4
30	Легкий бег на полупальцах. Бег, высоко захлестывая голень	4
31	Прыжки на месте на одной и двух ногах	4
32	Хлопки в ладоши в различных ритмических комбинациях	4
33	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	4
34	Хлопки в ладоши в различных ритмических комбинациях	4
35	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	4
	ВСЕГО ЧАСОВ	140
		часов

Планируемые результаты внеурочной деятельности

Знать:

- детский классический поклон, позиции ног (первая, вторая, третья), позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья);
- правила проведения эстафеты с обручами, игр «Найди и промолчи», «Тюлени и медведь», «Два мороза», «Эстафета животных», «Найди игрушку по звуку», «Гори, гори ясно».

Этюд «Дождики и Листики». Хоровод «Осень золотистая». «Мексиканский танец». Инсценировку песни «Звероаэробика» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятия – о характере музыки, об основных музыкальных жанрах (песне, танце, марше), о темпе, о динамике.

Уметь:

- двигаться в соответствии с темпом музыки, отражать в движении динамику музыки;
- выполнять комплексы ритмической гимнастики с предметами – (с мячом, с погремушками, с султанчиками, с ленточками) и без предметов;
- двигаться бодрым, мягким, пружинящим шагом, на четвереньках, легким бегом на полупальцах, высоко захлестывая голень, прыгать на месте на одной и двух ногах;
- выполнять приставные шаги в стороны и вперед, простой переменный шаг, топающий шаг, выставление ноги на пятку и на носок, хлопки в ладоши в различных ритмических комбинациях;
- строиться в колонну, в шеренгу, в полукруг, в круг;
- передать характерные движения заводных игрушек.

6 класс

Личностные и метапредметные результаты внеурочной деятельности «Хореография»

Личностные результаты:

- формирование ценностного отношения к своему здоровью;
- развитие эстетических потребностей, ценностей чувств;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эмоционального отношения к искусству и физическим упражнениям;
- формирование личной ответственности за свои поступки;
- развитие умения координировать свои усилия с усилиями других.

Метапредметные результаты:

- развитие способности понимать и принимать учебную цель и задачи;
- развитие умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия;
- формирование умения адекватно воспринимать предложение и оценку учителя, товарища, родители и других людей;
- формирование умения договариваться и приходить к общему решению совместной деятельности;
- развитие умения понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- формирование первоначального опыта самореализации в различных видах творческой деятельности.

Содержание тем внеурочной деятельности «Хореография»

Раздел 1 Музыкальные понятия

Теоретическая часть - Понятие о жанровом многообразии в музыке.

Понятие о новых танцевальных жанрах: хороводе, пляске, вальсе, польке. Их жанровые особенности. Понятие о форме-строении музыкального произведения: количество частей, повтор или контраст.

Понятия 2-хчастной и 3-хчастной формы. А Понятия «музыкальное вступление», «заключение», «проигрыш».

Практическая часть - Определение на слух жанров: хоровод, пляска, полька.

Определение в звучащем музыкальном произведении количества частей, принципа чередования частей (контраст или повтор).

Определение в звучащем музыкальном произведении вступления, заключения, проигрыша.

Раздел 2. Комплексы ритмической гимнастики

Теоретическая часть - Знание приемов работы с атрибутами: большим обручем (попарно), озвученными браслетами, мишурой.

Практическая часть - Выполнение упражнений комплексов в соответствии с характером музыки.

Раздел 3. Танцевальная азбука

Теоретическая часть - Использование французской терминологии в названиях упражнений классического танца, перевод названий.

Методика выполнения упражнений у опоры.

Практическая часть - Выполнение упражнений классического танца: первое port de brass (на середине зала), demi-plie, grand-plie, battement tendu в стороны, вперед, назад.

Раздел 4. Танцевальные движения

Теоретическая часть - Правила выполнения танцевальных шагршгшысоким ' подниманием бедра, спиной вперед, с завинчиванием корпуса, на полупальцах и в полуприседе; -бега с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад; прыжков на двух ногах с продвижением вперед.

Практическая часть - Выполнение прыжков, танцевальных и беговых шагов соответственно характеру музыки в упражнениях, - играх, танцах.

Раздел 5. Элементы танца

Теоретическая часть - Правила выполнения элементов танца «Ковырялочка», «Тройной притоп», «Ёлочка», «поскоки», «боковой галоп».

Практическая часть - Выполнение элементов танца и комбинации элементов в играх, упражнениях, танцах под музыку.

Раздел 6. Пространственные построения и фигуры

Теоретическая часть - Правила перестроения фигур, учитывая ракурс, направление движения, сохранение равных интервалов и синхронность.

Практическая часть - Выполнение построений двух концентрических

кругов из пар, и перестроений: двух concentрических кругов из одного круга, из двух колонн, из двух шеренг под хороводную музыку.

Раздел 7. Музыкально-ритмические, речевые и подвижные игры

Теоретическая часть - Правила проведения игр и эстафет.

Практическая часть - Проведение игр и эстафет, соответствующих теме урока.

Раздел 8. Постановочно-репетиционная работа

Теоретическая часть - Знакомство с музыкой танца, определение сюжетной линии или хореографического образа, рисунка танца.

Практическая часть - Подготовка инсценировок, этюдов танцев в выступлению.

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Хореография» 6 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Основное понятие о форме-строении музыкального произведения; количество частей, повтор или контраст (2-х частная и 3-х частная форма)	4
2	Комплекс ритмической гимнастики с большими обручами (попарно)	4
3	Упражнение классического экзерсиса первое port de brass	4
4	Упражнения классического экзерсиса demi-plie и grand-plie	4
5	Шаг с высоким подниманием бедра, шаг с завинчиванием корпуса	4
6	Шаг спиной вперед	4
7	Элементы танца: «ёлочка», «тройной притоп»	4
8	Элементы танца поскоки, боковой галоп	4
9	Игра «Музыкальные стулья». Игры по желанию детей	4
10	Комплекс ритмической гимнастики «Зарядка»	4
11	Знакомство с песней «Чик и Брик». Определение характера музыки, её формы. Основные движения танца: приставные шаги, поскоки, наклоны	4
12	Комбинации движений танца «Чик и Брик»: боковой галоп - поскоки в повороте, боковой галоп - до за до	4
13	Композиционный план танца «Чик и Брик» 1 часть	4
14	Композиционный план танца «Чик и Брик» 2 часть	4
15	Подготовка танца «Чик и Брик» к выступлению	4
16	Русская народная игра с пением «А мы просо сеяли»	4
17	Понятия музыкального вступления, заключения, проигрыша	4
18	Комплекс ритмической гимнастики с озвученными браслетами	4

19	Знакомство с музыкой танца «Полкис». Основные движения танца: поскоки, боковой галоп, прыжки	4
20	Композиционный план I части танца «Полкис». Рисунок I части	4
21	Композиционный план II части танца «Полкис». Рисунок II части	4
22	Повторение композиционного плана танца «Полкис»	4
23	Подготовка танца «Полкис» к выступлению	4
24	Построение двух концентрических кругов из пар. Построение двух концентрических кругов из одного круга	4
25	Построение двух концентрических кругов из двух колонн. Построение двух концентрических кругов из двух шеренг	4
26	Подвижная игра «Кошки-мышки»	4
27	Комплекс ритмической гимнастики «Марш»	4
28	Упражнение классического экзерсиса battement tendu по первой позиции в сторону	4
29	Упражнение классического экзерсиса battement tendu по первой позиции вперед и назад	4
30	Шаги на полупальцах и в полуприседе. Прыжки с продвижением вперед на двух ногах	4
31	Бег с выбросом прямых ног вперед, в сторону, назад	4
32	Элемент танца «ковырялочка».	4
33	Комбинация элементов танца «ковырялочка» с тройным притопом	4
34	Конкурс образных импровизаций на тему: «Моё любимое животное»	4
35	Конкурс образных импровизаций на тему: «Моё любимое животное»	4
	ВСЕГО	140 часов

Планируемые результаты внеурочной деятельности

Знать:

- особенности танцевальных жанров (хоровод, пляска, полька, вальс);
- правила проведения эстафеты с мячом и игр «Летит, летит по небу шар...», «Музыкальные стулья», «А мы просо сеяли», «Кошки-мышки», «Угадай, кто позвал», «День и ночь»;
- танцы «Чик и Брик», «Первое свидание», хоровод «Красный сарафан», этюд «Листья желтые» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятие двухчастной и трехчастной формы музыкального произведения, понятие «Музыкальное вступление», «Заключение», «Проигрыш».

Уметь:

- самостоятельно оценивать характер музыки;
- выполнять комплексы ритмической гимнастики: с большим обручем (парами), с озвученными brasлетами, с мишурой, без предметов;

- упражнения классического экзерсиса первое port de brass, demi-plie, grand-plie, battement tendu по первой позиции в сторону, battement tendu вперед, battement tendu назад.
- выполнять шаги с высоким подниманием бедра, спиной вперед, с завинчиванием корпуса, на полупальцах и в полуприсяди. Бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад. Прыжки с продвижением вперед на двух ногах.
- выполнять элементы танца «Ковырялочка», «Тройной притоп», «Елочка», «Поскоки», «Боковой галоп»;
- комбинацию танцевальных элементов «Ковырялочка с тройным притопом»;
- строить два концентрических круга из пар, из одного круга, из двух колонн, из двух шеренг;
- показать свои творческие способности в изображении повадок животных средствами пантомимы в конкурсе «Мое любимое животное».

7 класс

Личностные и метапредметные результаты внеурочной деятельности «Хореография»

Личностные результаты:

- осознание необходимости укрепления и сохранения своего здоровья;
- развитие любознательности и интереса к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений;
- формирование умения выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- умение формулировать собственное мнение и позицию;
- формирование эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческих, танцевальных способностей.

Метапредметные результаты:

- умение определения общей цели и путей её достижения;
- умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- развитие любознательности и интереса к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений;
- формирование мотивации достижения результата, стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей, навыков творческой установки.

Содержание тем внеурочной деятельности «Хореография»

Раздел 1. Музыкальные понятия

Теоретическая часть - Понятие ритмической пульсации («сердца музыки»).

Понятие акцента (сильной доли).

Понятие двухдольности в музыке.

Понятие куплетной формы (запев, припев). Практическая часть - Выделение сильных долей такта хлопками.

Передача ритмической пульсации в ходьбе и движениях.

Раздел 2. Комплексы музыкально-ритмической гимнастики

Теоретическая часть - Краткая беседа на тему: «Для чего нужна человеку гимнастика?»

Определение роли гимнастических упражнений в сохранении здоровья.

Правила выполнения упражнений на гимнастических скамейках, со скакалками, с платочками.

Практическая часть - Выполнение упражнений под музыку соответственно ее особенностям.

Раздел 3. Танцевальная азбука

Теоретическая часть - Понятие восьми точек сценической площадки.

Назначение упражнений классического танца (какие мышцы развивает каждое упражнение).

Методика выполнения упражнений у опоры. Практическая часть - Выполнение упражнений классического танца:

battement tendu gete, passe par terre, soute по I позиции лицом к опоре; третье port de brass на середине зала. Выполнение комбинаций движений: battement tendu с demi plie (крестом), battement tendu gete с rice у опоры по I позиции.

Раздел 4. Танцевальные движения и комбинации движений

Теоретическая часть – Правила выполнения танцевальных движений. Особенности выполнения шага спиной по кругу; бега с выбросом прямых ног вперед, назад, в сторону; шагов на полупальцах и в присяде.

Практическая часть - Выполнение танцевальных движений: шаг с высоким подниманием бедра, шаг спиной вперед, шаг с завинчиванием корпуса, шаги на полупальцах и в приседе; бег с выбросом прямых ног вперед, стороны, назад; прыжки с продвижением вперед на двух ногах.

Выполнение движений под музыку в упражнениях, играх, танцах.

Раздел 5. Элементы танца и комбинации элементов

Теоретическая часть - Понятия «мужские» и «женские» движения в танце: «присядка», «разножка», «припадания».

Правила выполнения присядки, разножки, припаданий.

Практическая часть - Выполнение элементов танца и их комбинаций под музыку в упражнениях, играх, танцах.

Раздел 6. Пространственные построения и фигуры

Теоретическая часть - Правила построения квадрата из круга: направление движения, сохранение интервалов и синхронность движений.

Практическая часть - Выполнение построения в разминке под музыку.

Раздел 7. Музыкально-ритмические, речевые и подвижные игры

Теоретическая часть — Правила игр и эстафет, импровизаций.

Практическая часть - Соблюдение правил игр и эстафет, смены водящих.

Соответствие импровизации заданной теме.

Раздел 8. Постановочно-репетиционная работа

Теоретическая часть - Характеристика музыкального произведения для постановки танца. Обсуждение сюжета, определение образов танца. Практическая часть — Подготовка танцев к выступлению.

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Хореография» 7 класс

	Тема	Кол- во часов
1	Понятие ритмической пульсации «сердца музыки». Понятие акцента (сильной доли).	4
2	Комплекс ритмической гимнастики со скакалками	4
3	Комбинация движений классического танца battement tendu qete с demi-plie по первой позиции ног (крестом) у опоры	4
4	Комбинация движений классического танца battement tendu qete с pice по первой позиции у опоры	4
5	Шаг с высоким подниманием бедра, шаг с завинчиванием корпуса.	4
6	Шаг спиной вперед	4
7	Прыжки в приседе «мячики» (мальчики). Припадания на месте (девочки)	4
8	Комбинация элементов танца «Присядка - разножка» (мальчики). Припадания с продвижением в сторону (девочки)	4
9	Музыкальная игра с импровизациями «Запретное движение»	4
10	Комплекс ритмической гимнастики без предметов «Большая стирка».	4
11	Знакомство с музыкой танцевального эпода «Зимние забавы». Изучение основного движения этюда - скользящего шага.	4
12	Основное движение этюда «Зимние забавы» в парах по кругу. Изучение рисунка танца I части	4
13	Изучение рисунка танца II части этюда «Зимние забавы»	4
14	Закрепление композиционного плана танцевального этюда «Зимние забавы». Работа над синхронностью и выразительностью выполнения движений	4
15	Повторение танцевального этюда «Зимние забавы» и подготовка этюда к выступлению	4
16	Музыкальная игра «Пары - тройки». Игры и импровизации по желанию детей	4
17	Понятие двухдольности и трехдольности в музыке	4
18	Комплекс ритмической гимнастики без предметов «Голубой вагон».	4
19	Знакомство с танцем «Фигурный вальс». Прослушивание музыки вальса. Определение музыкального размера. Изучение основного движения танца - вальсового шага (вальсовая дорожка)	4

20	Изучение комбинаций I части танца «Фигурный вальс»: вальсовый шаг в парах по кругу, вращение в паре в положении «лодочка» против часовой стрелки.	4
21	Изучение комбинации движений II части танца «Фигурный вальс».	4
22	Комбинации движений III части танца «Фигурный вальс».	4
23	Повторение танца «Фигурный вальс». Работа над выразительностью и синхронностью движений, соблюдение интервальных промежутков танца	4
24	Построение круга и квадрата	4
25	Сужение и расширение круга	4
26	Конкурс пластических импровизаций под музыку на тему: «мы - мамы помощники»	4
27	Комплекс ритмической гимнастики на гимнастических скамейках	4
28	Упражнение классического танца <i>pas se par terre</i> лицом к опоре	4
29	Упражнение классического танца <i>trois port de brass</i> на середине зала	4
30	Шаги на полупальцах и в полуприседе. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	4
31	Бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад	4
32	Комбинация танцевальных элементов «три мячика-разножка»	4
33	Припадания в повороте на 90 градусов	4
34	Подвижная игра «Третий лишний. Игры и импровизации по желанию детей	4
35	Подвижная игра «Третий лишний. Игры и импровизации по желанию детей	4
	ВСЕГО	140 часов

Планируемые результаты внеурочной деятельности

Знать:

- восемь точек танцевального зала;
- упражнения классического экзерсиса *battement tendu gete* лицом к опоре, *pas se par terre* лицом к опоре, *soute* по 1 позиции лицом к опоре, *trois port de brass*;

- комбинации движений экзерсиса battement tendu с demi-plié по первой позиции ног (крестом), battement tendu gete с piqué;
- методику выполнений упражнений классического экзерсиса изученных за год;
- правила проведения эстафеты с палками игр «Группа, смирно!», «Третий лишний», «Бояре», «Зеркало», «Плетень», «ловишки парами»;
- Танцы «Детский краковяк», «Фигурный вальс», «Куявяк», этюд «Зимние забавы» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятие ритмической пульсации («сердца музыки»), акцента (сильной доли), двухдольности и трехдольности в музыке, куплетной формы (запева, припева)

Уметь:

- выполнять комплексы ритмической гимнастики: со скалкой, с платочками, на гимнастических скамейках, без предметов;
- выполнять шаги с высоким подниманием бедра, спиной вперед, с завинчиванием корпуса, на полупальцах и в полуприседе, бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад, прыжки с продвижением вперед на двух ногах;
- выполнять элементы танцев: мальчикам - «присядка» с «разножкой», прыжки в приседе «мячики» (мальчики), комбинацию танцевальных элементов: «три мячика - разножка», девочкам - припадания на месте и в повороте на 90 градусов;
- перестраиваться из круга в квадрат, сужать и расширять круг, знать положение в парах (лицом по линии танца держать за руки) и лицом друг к другу боком по линии танца;
- изобразить движением работу по дому средствами пантомимы – «Мы – мамы помощники».

8 класс

Личностные и метапредметные результаты внеурочной деятельности «Хореография»

Личностные результаты:

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие умения выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика)
- формирование умения договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение работать в парах, группах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций;
- формирование представлений о нравственных нормах.

Метапредметные результаты:

- формирование мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- сформированность умения подводить самостоятельный итог занятия, анализировать и систематизировать полученные знания, умение и навыки;
- применение полученных сведений о многообразии танцевального искусства;
- приобретение навыка умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Содержание тем внеурочной деятельности «Хореография»

Раздел 1. Музыкальные понятия

Теоретическая часть - Понятие музыкальной речи.

Понятие фразы и предложения в музыке. Понятие затакта. Понятие ритмического рисунка. Понятие музыкального размера (2/4, 3/4, 4/4).

Практическая часть — Определение на слух, фраз и предложений в музыки. Определение затакта в начале музыкального построения. Отображение ритмического рисунка хлопками. Определение музыкального размера в музыке различных жанров.

Раздел 2. Комплексы ритмической гимнастики

Теоретическая часть - Особенности выполнения гимнастических упражнений на стульях, с кубиками, с гимнастическими палками.

Практическая часть - Выполнение упражнений ритмической гимнастики с большой амплитудой движения соответственно характеру музыки.

Раздел 3. Танцевальная азбука

Теоретическая часть - Пятая позиция ног, правила ее выполнения. Понятие «танцующие руки» в упражнении на середине зала второе port de brass. Методика выполнения упражнений на середине зала.

Практическая часть - Выполнение упражнений классического танца: rond de camb par terre en dedans, soute по I и II позициям лицом к опоре. Комбинации движений plie - releve по первой, второй и пятой позициям у опоры. Второе port de brass soute по I и II позициям на середине зала.

Раздел 4. Танцевальные движения и комбинации движений

Теоретическая часть - Правила выполнения скрестного шага боком по линиям танца, бега спиной вперед, высоко захлестывая голень в сочетании с прыжками на двух ногах, прыжков на двух ногах в повороте на 90 и 180 градусов.

Практическая часть - . Выполнение танцевальных движений в играх, танцах под музыку.

Раздел 5. Элементы танца и комбинации элементов

Теоретическая часть - Понятия тройной переменный шаг, семенящий хороводный шаг, шаг с притопом, тройной переменный шаг с уколом, шаг польки, «гармошка». Особенности выполнения

Практическая часть - Выполнение элементов танца под музыку.

Раздел 6. Пространственные построения и фигуры

Теоретическая часть - Понятия о фигурах: «звездочка», «карусель».

Передвижения по фигурам «змейка», «вьюн». Положение рук танцующих во время передвижений. Практическая часть - Выполнение фигур и перемещения под музыку.

Раздел 7. Музыкально-ритмические, речевые и подвижные игры

Теоретическая часть - Правила проведения игр и эстафет. Соответствие конкурсных импровизаций заданной теме. Практическая часть - Проведение игр и эстафет в соответствии с правилами. Выявление лучших исполнителей импровизаций.

Раздел 8. Постановочно-репетиционная работа

Теоретическая часть - Характеристика музыкальных произведений для танцевальных постановок. Обсуждение сюжета, определение основных образов танца.

Практическая часть - Подготовка танцев к выступлению.

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Хореография» 8 класс

№п/п	Тема	Кол-во
1	Понятие музыкальной речи. Понятие фразы и предложения в музыке	4
2	Комплекс ритмической гимнастики с кубиками	4
3	Упражнение классического танца <i>rond de gamb par terre en dedans</i> лицом к опоре	4
4	Прыжки <i>soute</i> по первой и второй позициям на середине зала	4
5	Ходьба с выполнением движений рук. Скрестный шаг боком по линии танца	4
6	Бег спиной вперед. Бег, высоко захлестывая голень в сочетании с прыжками на двух ногах	4
7	Тройной переменный шаг	4
8	Шаг польки	4
9	Эстафета со скакалками. Игры по желанию детей	4
10	Комплекс ритмической гимнастики без предметов «У леса на опушке»	4
11	Знакомство с музыкой танца «Бескозырка белая». Изучение строевого шага в движении по прямой линии и в повороте на 90 градусов	4
12	Изучение основных движений и комбинаций танца «Бескозырка белая».	4
13	Изучение композиционного плана I и II части танца «Бескозырка белая».	4
14	Изучение композиционного плана III части танца «Бескозырка белая».	4
15	Повторение танца «Бескозырка белая». Подготовка танца к выступлению	4
16	Музыкальная игра «Капканчики». Игры по желанию детей	4
17	Понятие музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4)	4
18	Комплекс ритмической гимнастики с гимнастическими палками	4

19	Знакомство с музыкой танца «Полька». Изучение основного движения танца - шага польки	4
20	Комбинация движений танца «Полька»: два шага польки - четыре поскока (по одному и в парах)	4
21	Комбинация движений танца «Полька» - галоп с притопом	4
22	Композиционный план танца «Полька»	4
23	Повторение танца «Полька». Подготовка танца к выступлению	4
24	Танцевальные фигуры «звездочка» и «карусель»	4
25	Фигуры «змейка» и «вьюн»	4
26	Народная игра «Бояре». Игры по желанию детей	4
27	Комплекс ритмической гимнастики «Где-то на белом свете»	4
28	Пятая позиция ног. Комбинация упражнений классического танца plie-releve по первой, второй и пятой позициям	4
29	Упражнение на середине зала второе port de brass	4
30	Прыжки «ноги врозь - ноги вместе» с разворотами корпуса	4
31	Прыжки на двух ногах в повороте на 90° и на 180°	4
32	Семенящий хороводный шаг	4
33	Шаг с притопом	4
34	Конкурс пластических импровизаций «Угадай профессию»	4
35	Конкурс пластических импровизаций «Угадай профессию»	4
	ВСЕГО	140 часов

Планируемые результаты внеурочной деятельности

Знать:

- пятую позицию ног;
- методику выполнения упражнений классического экзерсиса rond de gamb par terre en dedans лицом к опоре, комбинацию plie-releve по первой, второй и пятой позиции, второе port de brass на середине зала;
- правила проведения эстафеты со скалкой и игр «У оленя дом большой», «Ловишки с приседанием», «Капканчики», «Запрещенные движение», «Угадай, кто позвал», «Жмурки»;
- танцы «Восточный танец», «Бескозырка белая», «Падеграссе», «Полька» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятия о музыкальной речи, фразы и предложения в музыке, затакта, ритмического рисунка, музыкального размера (2/4, 3/4, 4/4). Уметь определять затакт в начале музыкального построения, размер музыкального произведения на слух.

Уметь:

- выполнять комплексы ритмической гимнастики на стульях, с кубиками, с гимнастическими палками, без предметов;

- выполнять ходьбу с выполнением движений рук, скрестным шагом боком по линии танца, бег спиной вперед, бег высоко захлестывая голень в сочетании с прыжками на двух ногах. Прыжки «ноги врозь – ноги вместе» с разворотом корпуса, прыжки на двух ногах в повороте на 90 и 180 градусов;
- прыжки soute по первой и второй позициям лицом к опоре и на середине зала;
- выполнять элементы танца: простой переменный шаг, семенящий хороводный шаг, шаг с притопом, тройной переменный шаг, «гармошка» шаг польки;
- строить фигуры: «звездочка», «карусель», «змейка», «вьюн»;
- изобразить различные профессии средствами пантомимы в условиях конкурса.

Описание учебно-методического и материально- технического обеспечения внеурочной деятельности «Хореографии»

Нормативные документы:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. // <http://standart.edu.ru>
2. Примерная основная образовательная программа основного общего образования. // <http://standart.edu.ru>

Материально – техническое обеспечение

Учебно – методический комплекс:

1. А.И. Буренина Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» С-П;
2. Т. Суворова «Танцевальная ритмика для детей» (выпуск 1-4) С-П;
3. Т.В. Туртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная «Учите детей танцевать ВЛАДОС»;
4. Т. Барышникова «Азбука хореографии» М.;
5. Ж.Е. Фирилёва, Е.Т. Сайкина «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей С-П.

Интернет – ресурсы:

1. www.dance-city.narod.ru
2. www.dancion.ru
3. www.mon.gov.ru

Печатные и цифровые пособия:

1. USB носитель;
2. Диски;
3. Таблицы.

Технические средства обучения:

1. Ноутбук;
2. Музыкальный центр;
3. Телевизор.

Оборудование:

1. Зеркальная стена;
2. Станок;
3. Атрибуты для занятий и выступлений: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, ленты, шарфы, мишура, зонты, султанчики, танцевальные костюмы.

