

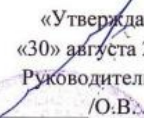


Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Лапазская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено на заседании  
МО протокол № 6  
от «28» августа 2024 г.  
 /Грядунова Е.И./

«Согласовано»  
«29» августа 2024 г.  
Зам. руководителя по ВР  
 /Е.И.Грядунова/

«Утверждаю»  
«30» августа 2024 г.  
Руководитель ОУ  
 /О.В. Аловягина/



**Рабочая программа внеурочной деятельности**

**Общекультурное направление**

**«Хореография»**

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор-составитель:** Лукинская Жанна Васильевна

с.Лапаз, 2024г



## Пояснительная записка

Дополнительная программа по хореографии – «Импульс».

Количество часов в год: 68ч.

Количество часов в неделю: 2ч.

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

Направленность хореографической программы «Импульс» по содержанию является художественно – эстетической, общекультурной, по форме организации внеурочной деятельности, рассчитанной на год.

В основу программы танцевальной деятельности были положены следующие принципы:

- принцип системности – предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении;
- принцип дифференциации – предполагает выявление и развитие у учеников склонностей и способностей по различным направлениям;
- принцип увлекательности является одним из самых важных, он учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип коллективизма – в коллективных творческих делах происходит развитие разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу.

Отличительными особенностями программы является деятельностный подход к воспитанию и развитию ребенка средствами танца, где школьник выступает в роли художника, исполнителя, танцора;

принцип междисциплинарной интеграции – применим к смежным наукам (уроки искусства и физической культуры);

принцип креативности – предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности.

**Актуальность программы** обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Именно средствами танцевальной деятельности возможно формирование социально активной творческой личности, способной понимать общечеловеческие ценности, гордиться достижениями отечественной культуры и искусства, способной к творческому труду, сочинительству, фантазированию.

Педагогическая целесообразность данной программы для школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно - эстетические чувства, т. к. именно в школе закладывается фундамент творческой личности, закрепляются нравственные нормы поведения в обществе, формируется духовность.

## **Цели и задачи реализации программы**

### **Цели:**

Развитие ребёнка и детского коллектива через создание особой среды формирования общих культурных интересов и совместной деятельности детей, формирование национального самосознания и высоких духовных качеств ребёнка как гражданина России, формирование творческих способностей детей.

### **Задачи:**

1. Раскрывать танцевальные способности детей через двигательную активность.
2. Научить выполнять упражнения для укрепления и развития тела.
3. Научить выполнять элементы народного танца.
3. Развивать чувство ритма через обучение танцам.
4. Воспитывать любовь к русским народным танцам, к музыке, к русским традициям через изучение элементов русского народного танца и развитие умения исполнять русский танец.
5. Формировать детский коллектив через совместную деятельность.

### **В области формирования личностной культуры:**

формирование способности к духовному развитию, реализации творческого потенциала в учебно-игровой, на основе нравственных установок и моральных норм, самовоспитания и универсальной духовно-нравственной компетенции — «становиться лучше»;

развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результата.

### **В области формирования социальной культуры:**

воспитание ценностного отношения к своему национальному языку и культуре;

развитие навыков организации и осуществления сотрудничества со сверстниками, родителями в решении общих проблем;

развитие доброжелательности к другим людям;  
формирование толерантности и основ культуры межнационального общения, уважения к культурным традициям представителей народов России.

**В области формирования семейной культуры:**

формирование у обучающегося уважительного отношения к родителям.

В процессе обучения у учащихся формируются музыкальность, ритмичность; развиваются танцевальные способности: знание позиций ног и положения рук, элементов народного танца.

**Развиваются физические способности:**

- сила ног,
- пластичность рук,
- гибкость тела,
- эластичность мышц и подвижность суставов.

В учебном процессе и в организации массовой работы у детей развиваются внимание, память, воображение, воспитываются такие черты характера, как:

самокритичность,  
самоконтроль,  
трудолюбие,  
целеустремлённость,  
умение преодолевать трудности.

## **Формы и методы работы**

В процессе обучения используются следующие формы работы:

- теоретические занятия (беседы, изучение истории развития и появления танцев, викторины, чтение литературы,
- практические занятия по хореографии и танцам.

**Режим занятий**

Расписание внеурочной работы строится из расчета 2 занятия в неделю. Каждое занятие длится час. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

Данная программа ориентирована на формирование и развитие следующих универсальных учебных действий.

### **Личностные универсальные учебные действия**

«У ученика будут сформированы»: «Ученик получит возможность для формирования»

- готовность и способность к саморазвитию;
- развитие познавательных интересов, учебных мотивов;
- знание основных моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь, правдивость, честность, ответственность.) - формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;
- эмпатии как понимание чувств других людей и сопереживание им;

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

«У ученика будут сформированы»: «Выпускник получит возможность для формирования»

- оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- вносить необходимые коррективы;
- уметь планировать работу и определять последовательность действий. - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- активизация сил и энергии к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

«У ученика будут сформированы»: «Выпускник получит возможность для формирования»

- самостоятельно включаться в творческую деятельность
- осуществлять выбор вида чтения в зависимости от цели - осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме;

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

«У ученика будут сформированы»: «Выпускник получит возможность для формирования»

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. - адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

## **Планируемые результаты деятельности.**

### **В результате изучения курса внеурочной программы**

#### **Ученик научится:**

- Уметь различать различные жанры музыкальных произведений (пляска, вальс, полька, марш).

- Знание классической базы (позиции ног, рук).
- Различать сильные и слабые доли в музыке.
- Добиться полной связи движений с музыкой.
- Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения.
- Уметь в движениях передать характер музыки.
- Освоить различные танцевальные движения.
- Уметь танцевать 2-3 танца.

**У ученика будут сформированы:**

-внутренняя позиция ребёнка на основе положительного отношения к школе; включаться в творческую деятельность под руководством учителя.

Получение ребёнком опыта переживания и позитивного отношения к ценностям общества.

-развитие познавательных интересов, учебных мотивов

-уважительное отношение к иному мнению и культуре других народов.

**Ученик получит возможность научиться:**

-формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой;

Получение ребёнком опыта самостоятельного общественного действия.

-вносить необходимые коррективы;

-уметь планировать работу и определять последовательность действий.

Целеустремлённость и настойчивость в достижении целей; готовность к преодолению трудностей.

- оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки.

А так же избавляется от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретает общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, ответственность перед коллективом.

**Формой подведения итогов считать:** выступление на школьных праздниках, торжественных и тематических линейках, участие в школьных мероприятиях, родительских собраниях, классных часах, участие в мероприятиях младших классов, инсценирование сказок, сценок из жизни школы и постановка танцев для свободного просмотра.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа состоит из четырех разделов, соответствующих возрастным особенностям детей и уровню сложности танцевальных композиций.

На первом вводном занятии руководитель знакомит ребят с программой, правилами поведения на занятии, противопожарный инструктаж учащихся.

### **1 раздел. «Ритмические танцы»**

Основная задача состоит в том, чтобы совершенствовать процесс восприятия музыки через обучение основным движениям и танцевальным элементам.

### **2 раздел. «Русские танцы»**

Задача этого раздела: познакомить учащихся с довольно большим объемом движений, с различными положениями в паре, с разными манерами исполнения. Дети знакомятся с танцевальными движениями хороводного плана, подвижного плясового характера.

### **3 раздел. «Вальс король танцев»**

Приоритетная задача – это изучение азбуки большой хореографии, обучение основных движений вальса: вальсовые дорожки, повороты, балансы, вальсовые дорожки в паре.

### **ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА**

- Компьютер
- Музыкальный центр
- Флеш-накопитель
- Диски с музыкой
- Видеокамера и фотоаппарат для анализа выступлений.



## Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия и форма его проведения.	Дата проведения занятия	Коррекция даты проведения занятия
1 2	Инструктаж по технике безопасности во время занятий Просмотр видеокассет с разными эстрадными танцами. Слушание ритмичной музыки.		
3 4	Разучивание основных и подготовительных движений эстрадных танцев.		
5 6	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации		
7 8	Движения плечами, движения головой: повороты, поднятие и опускание, круговые движения. Движения корпусом: наклоны, повороты, смещение вправо и влево.		
9 10	Соединение корпуса и плеч с головой в поворотах, прогибании, наклонах		
11 12	Разучивание движений руками: круговые движения, отведение назад, вперед, махи в стороны.		
13 14	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации		
15	Разучивание движение ногами: выпады с		

16	выставлением ноги на пятку, махи, поднятие ног.		
17	Танцы на полу-разучивание базовых положений тела на полу, простых танцевальных комбинаций		
18			
19	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации		
20			
21	Выразительность движений.		
22			
23	Отработка разученных движений		
24			
25	История возникновения русских народных танцев. Просмотр видеокассет с различными русскими народными танцами: хороводные, пляски		
26			
27	Разучивание: основные положения ног в русском танце.		
28			
29	Разучивание: основные положения рук		
30			
31	Танцевальные шаги русского танца – простые шаги.		
32			
33	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.		
34			
35	Разучивание: русские переменные шаги: ровный, один длинный и два коротких, на ребро каблука с подбивкой		
36			
37	Танцевальный бег: шаг-бег или беговой шаг; бег с отбрасыванием согнутых ног назад.		
38			
39	Соединение разученных движений в танцевальные комбинации.		
40			
41	Дроби: притопы, притопы с полуприседанием, притопы с прыжком.		
42			
43	«Печатка» или одновременный притоп двумя ногами, удары полупальцами, «переборы», дробная дорожка дробь с подскоком.		
44			
45	Соединение разученных движений в		

46	танцевальные комбинации.		
47 48	Хоровод. «Круг», «Два круга рядом»		
49 50	Соединение разученных движений в танец «Красный сарафан».		
51 52	История возникновения танца. Просмотр видеокассет с танцами, обучающих видеокассет, слушание музыки. Знакомство с подготовительными и основными движениями вальса.		
53 54	Разучивание вальсового поворота, правый поворот, левый поворот. Отработка разученных движений, исполнение в паре. Разучивание: дорожка, дорожка в перед, дорожка назад, в паре. Отработка разученных движений.		
55 56	Отработка движений в паре, разучивание связующего поворота, балансе вправо и влево. Отработка разученных движений в паре.		
57 58	Соединение вальсовых движений – вальсовые повороты и дорожка. Отработка разученных движений.		
59 60	Разучивание соединений: балансе и дорожка вперед, балансе и дорожка назад. Отработка разученных движений		
61 62	Соединение: балансе и связующий поворот, балансе и повороты вальса. Отработка разученных движений в паре.		
63 64	Соединений разученных движений в танцевальную композицию «Школьный вальс» Отработка линии и сюжета «Школьного вальса»		
65 66	Итоговое занятие – творческий экзамен.		

67 68	Итоговое занятие – творческий экзамен		
----------	---------------------------------------	--	--

## Литература

1. А. И. Буренина «Ритмическая мозаика» Санкт-Петербург 2011г.
2. П/р Е. И. Пинаева Ритмика Пермь 2013 г.
3. П/р С. И. Мерзлякова Фольклор – музыка- театр. Москва. Владос 2013 г.
4. П/р Т. К. Васильева Секрет танца. Санкт-Петербург 2007 г.  
«Дегамант», «Золотой век»
5. П/р В. М. Стриганова Современный бальный танец. М.»Просвещение» 2012 г.
6. З. Я. Роот Танцы в начальной школе. Москва 2014 г.
7. Т. Т. Ротерс Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика.