



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«САМАРСКИЙ МЕДИКО-ТЕХНИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»
городского округа Самара

СОГЛАСОВАНО
руководитель МО
учителей гуманитарных наук

Моргунова
А.Н. Моргунова



УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора лицея

И.Н. Минаев

И.Н. Минаев

Приказ № 82-од от 31.08.2018 г.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Хореография»

Основное общее образование

5-6 классы

По 2 часа в неделю

1. Пояснительная записка

Данная программа разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами общего образования и с учетом межпредметных и внутрипредметных связей и логики учебного процесса. При создании данной программы автор использовал материалы работ преподавателей хореографии, в данном случае экспериментальной программы и методические рекомендации по предмету « ритмика и танец» А.А. Телегина, а также методическим пособием по преподаванию хореографического искусства в датском саду С.Л. Слуцкой.

Главный принцип, заложенный в Программу – создание творческого образа в танце на основе индивидуальности самого ребенка.

В процессе обучения педагогами выявляются, такие особенности учащихся как характер, темперамент, пристрастия и склонности.

Цель программы – раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

В процессе обучения педагогом определены и решаются следующие задачи:

- * развитие интереса и приобщение учащихся к мировой танцевальной культуре;
- * развитие танцевальных, музыкальных, артистических и других творческих способностей каждого учащегося;
- * формирование у учащихся внимательного отношения к собственным возможностям, к манере танцевального исполнения, к пластическому разнообразию, анализа собственной творческой деятельности;
- * развитие мышечных ощущений, моторно-двигательной памяти, чувственно-образного мышления, пластической подвижности;
- * привитие ребенку культуры общения между собой и окружающими и оказание помощи учащемуся в адаптации его в современных условиях жизни.

Программа ориентирована на интересы и потребности ребенка, направлена на формирование его мыслительного потенциала, на становление творческой личности, способной художественно осмыслить окружающий мир и явления жизни в искусстве.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

На занятиях ритмикой и хореографией увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Программа предполагает постепенное расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся путем последовательного прохождения по годам обучения за четыре курса с учетом возрастных и психических особенностей детей 11-13 летнего возраста.

Основной формой реализации Программы является занятие с группой детей не более 15-20 человек. Групповая форма позволяет педагогу внимательней наблюдать за качественным преобразованием двигательной активности учащегося, помочь каждому учащемуся развивать его пластические возможности.

В зависимости от результатов наблюдений может быть переформирование класса, исходя из различных задач, особенностей межличностных контактов детей.

Предмет «Ритмика и танец» изучается в 5-6 классах. Занятия проводятся 2 раз в неделю. Максимальная продолжительность занятия - 1 академический час.

Форма одежды определяется педагогом исходя из специфики занятий.

Схема построения занятия во всех классах одинакова: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

Различается содержание и время, отведенное на каждую из частей занятия. На основную часть занятия в 5 классе отводится 30 минут, во 6 и 7 классах - 35 минут. Основная часть занятий содержит учебно-тренировочные задания и больше отводится времени на разучивание танцев.

Схема возрастного и количественного распределения детей по классам, количество практических занятий в неделю и их продолжительность.

КЛАС С	ВОЗРАС Т ДЕТЕЙ	КОЛ- ВО ДЕТЕЙ В ГРУПП Е	ЧИСЛ О ГРУП П	КОЛ-ВО ЗАНЯТИЙ В НЕДЕЛЮ	ПРОДОЛЖИТЕЛЬН ОСТЬ ЗАНЯТИЯ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ЧАС	КОЛ-ВО ЧАСОВ В НЕДЕЛ Ю
5-6	11-13	15-20	1	2	1	2

За период обучения учащиеся получают определенный программой объем знаний и умений, качество которых ежегодно проверяется.

Зачеты проводятся по изученной дисциплине по практическим умениям.

Учитель подводит итоги учебного года, дает оценку творческих достижений учащихся, определяет задачи на будущие годы обучения.

Календарно – тематический план 5 класса

№	Содержание	Часы	Примечание
Сентябрь			
1.	Вводное занятие. Изучение основных позиций ног (базовая параллельная позиция, IV джазовая позиция).	2	
2.	Изучение подготовительного положения рук и I, II, III позиции рук аналогичные с позициями классического танца.	2	
3.	Положения рук в джазовом танце: jazz hand, руки на бедрах. Положения Contraction, release, high release.	2	
4.	Наклоны торса: Flat back, deep body bend, side stretch.	2	
Октябрь			
1.	Изгибы торса: Roll down u roll up, Arch.	2	
2.	Упражнения на формирование правильной осанки.	2	
3.	Ход лицом и спиной по диагонали, бег с подскоками.	2	
4.	Галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.	2	
Ноябрь			
1.	Закрепление изученного материала.	2	
2.	Подготовка к вращениям на месте. Движения на полу (кувырки, падения, перекаты).	2	
3.	Закрепление изученного материала.	2	
4.	Упражнения для укрепления опорно- связочного аппарата тела.	2	
Декабрь			
1.	Разучивание танцевальных комбинаций на основе проученного материала на развитие координации и танцевальности.	2	
2.	Отработка движений в танцевальных комбинациях.	2	

3.	Отработка движений в танцевальных комбинациях.	2	
4.	Закрепление изученного материала.	2	

№	Содержание	Дата проведения	Примечание
Январь			
1.	Танцевальная комбинация. Изучение Demi и Grand plie.	2	
2.	Изучение: Battement tendu, Battement tendu jete.	2	
3.	Разучивание танцевальной комбинации на материале современного танца.	2	
Февраль			
1.	Отработка отдельных движений.	2	
2.	Работа над танцевальностью, выразительностью.	2	
3.	Работа над техникой исполнения.	2	
4.	Отработка всей комбинации.	2	
5.	Работа над чистотой рисунка.	2	
Март			
1.	Работа над техникой исполнения.	2	
2.	Исполнение танцевальной комбинации.	2	
3.	Изучение позиций рук и ног в русском танце.	2	
Апрель			
1.	Основные ходы в русском танце (шаг с носка, переменный ход, шаг с ударом, гармошка, танцевальный бег).	2	

2.	Основные движения в русском танце (притоп, ковырялочка, припадания, повороты, хлопушки, дробные выстукивания).	2	
3.	Работа над умением ориентироваться в пространстве: деление зала по точкам, умение держать линию, колонну.	2	
4.	Работа над умением ориентироваться в пространстве: соблюдать интервалы, строить круг, соблюдать интервалы во время движения, знать своё место в зале.	2	
Май			
1.	Упражнения на изоляцию головы, плеч. Музыкально-ритмические игры.	2	
2.	Основы танцевальной импровизации.	2	
3.	Итоговый урок.	2	

Календарно-тематический план 6 класса

№	Содержание	Часы	Примечание
Сентябрь			
5.	Вводное занятие. Изучение основных позиций ног (базовая параллельная позиция, IV джазовая позиция).	2	
6.	Изучение подготовительного положения рук и I, II, III позиции рук аналогичные с позициями классического танца.	2	
7.	Положения рук в джазовом танце: jazz hand, руки на бедрах. Положения Contraction, release, high release.	2	
8.	Наклоны торса: Flat back, deep body bend, side stretch.	2	
Октябрь			
5.	Изгибы торса: Roll down u roll up, Arch, Twist, спирали.	2	
6.	Изучение изоляции головы.	2	
7.	Изучение изоляции плеч.	2	
8.	Изоляция грудной клетки.	2	

Ноябрь			
5.	Изоляция таза.	2	
6.	Закрепление изученного материала.	2	
7.	Упражнения стрейч характера.	2	
8.	Закрепление изученного материала.	2	
Декабрь			
5.	Разучивание отдельных движений из танцевальной комбинации.	2	
6.	Разучивание танцевальной комбинации.	2	
7.	Работа над техникой исполнения.	2	
8.	Работа над танцевальностью, выразительностью.	2	
9.	Исполнение танцевальной комбинации.	2	

№	Содержание	Часы	Примечание
Январь			
4.	Повторение и изучение движений заимствованных из классического танца, как самостоятельно, так и в комбинациях.	2	
5.	Разучивание танцевальной композиции на материале современного танца.	2	
6.	Отработка отдельных движений.	2	
Февраль			
6.	Работа над чистотой рисунка.	2	
7.	Работа над техникой исполнения.	2	
8.	Работа над техникой исполнения.	2	
9.	Работа над танцевальностью, выразительностью.	2	
10.	Работа над чистотой рисунка.	2	

Март			
4.	Исполнение танцевальной комбинации.	2	
5.	Изучение позиций рук и ног в русском танце.	2	
6.	Основные ходы в русском танце.	2	
7.	Основные движения в русском танце.	2	
Апрель			
5.	Различные перекаты по полу: базовые транзишен, движение в партере с последующем выходом в вертикальное положение.	2	
6.	Закрепление изученного материала.	2	
7.	Разучивание вальсовых шагов.	2	
8.	Музыкально-ритмические игры.	2	
Май			
4.	Закрепление изученного материала.	2	
5.	Закрепление изученного материала.	2	
6.	Итоговый урок.	2	