Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Лицей №7 г.Саяногорска

Рассмотрено на заседании
Методического совета
Протокол № 1 от 22.08.2016 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ Лицей №7
_____ Д.А. Даньшин
Приказ № 244 от 06.09.2016 г.

Рабочая программа
на 2016-2017учебный год
хореографической студии
эстрадного танца «Стремление»

Подписано цифровой подписью: Даньшин Даниил Александрович
DN: E=uc_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, OID.1.2.643.100.4=7710568760, ОГРН=1047797019830, STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1", L=г. Москва, C=RU, O=Казначейство России, CN=Казначейство России
Причина: Я утвердил этот документ
Местонахождение: Интернациональный м-н 15, Саяногорск, Республика Хакасия, 655603
Дата: 21 Февраль 2023 г. 9:32:22

Автор-составитель
Виткос М.В.

Саяногорск 2016

1. Пояснительная записка

«Человек, умеющий танцевать и в комнату войдет, как следует, и повернется ловко»
М.И. Калинин

«Танец – это искусство, которое средствами музыки, движениями и пантомимы передает настроение, чувства и позволяет рассказать целую историю. Искусство танца приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Танец выражает внутренний мир человека, его красота – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация».

Т.А. Барышникова

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, Локальным актом Лицея, Основной образовательной программе основного общего образования, учебным планом, Программе формирования универсальных учебных действий; требованиям Сан ПИна.

Программа составлена на основе программы «Ритмика и бальные танцы» под редакцией Е.И.Мошковой, рекомендованной Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования РФ, 1997г., рабочей программы дополнительного образования детей «Гармония» - ритмика и пластика на сцене (автор-составитель - Никифоров П.А.), а также рабочей программы по курсу внеурочной деятельности «Ритмика» ГОУ СОШ № 1297 г. Москвы.

Программа имеет художественно-эстетическое направление и предполагает получение дополнительного образования в сфере танцевального искусства.

Опыт эстетического переживания, проявленный в танце, учит ценить неповторимость окружающего мира, помогает развить чувство прекрасного. Занятия хореографией требуют яркого воплощения личности, привлекательно сформированного сценического имиджа, учат убедительно и искренне передавать чувства в танце, развивают фантазию и воображение, артистичность, музыкальный интеллект, формируют универсальные способности, важные для любой сферы деятельности.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы внеурочной деятельности обусловлена важностью создания условий для формирования у школьников основ здорового образа жизни, развития творческой самостоятельности посредством танца, которые необходимы для успешного художественно-эстетического развития.

Актуальность программы обусловлена ростом числа детских танцевальных коллективов, расширением их концертно-исполнительской деятельности.

Рост числа заболеваний среди школьников за последние годы стремительно набирает темпы. Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудности организации здоровьесберегающего обучения школьников. На современном этапе актуальной становится задача обеспечения школьного образования без потерь здоровья учащихся. Всемирная организация здравоохранения определила здоровье как состояние “полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов”.

Перспективность курса. Учащийся, наделенный танцевальными способностями и тягой к творчеству, может овладеть умениями и навыками хореографического искусства, самореализоваться в творчестве, научиться передавать внутреннее эмоциональное состояние посредством танца.

Приобретая опыт пластической интерпретации музыки на занятиях хореографией, ребенок овладевает двигательными навыками и умениями, приобретает опыт творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения, развивает внимание, волю,

память, подвижность мыслительных процессов, творческое воображение, способность к импровизации в движении под музыку

Одна из задач курса — привить учащимся культуру общения с одноклассниками, в паре в танце, с окружающими. Эта задача успешно решается путем организации танцевальных праздников, конкурсов, танцевальных игр и соревнований.

Программа рассчитана на 11- 14 летний возраст обучающихся.

Цель программы: обогащение чувственно-эмоцианального опыта, создание условий для самовыражения и самореализации творческих способностей посредством танца.

Основные задачи:

1) формировать познавательный интерес к занятиям хореографии, потребности восприятия танцевальных произведений, способности к выражению собственных ощущений, используя язык хореографии;
2) развивать творческие способности учащихся (художественно – образное мышление, воображение, фантазию, импровизацию.), основные хореографические способности (чувство ритма, координацию движений, гибкость, пластичность, артистичность);
3) воспитывать духовно-нравственную личность.

2.Общая характеристика учебного предмета, курса

Программа по хореографии направлена на овладение детьми искусством хореографии, на приобщение к ценностям мировой хореографической культуры. Содержание курса направлено на воспитание творческих, активных граждан России, способных к активной самореализации в личной и общественной деятельности.

В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические умения, способы самореализации в хореографической деятельности.

Физические движения – это естественно-биологический метод, в основе которого лежит обращение к основной биологической функции организма – мышечному движению. Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Программа составлена с учётом реализации **курса 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 учатся различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы. На занятиях учащиеся совершенствуют навыки и умения чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством выразительности пластики движений и жестов, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкально – художественной выразительности.

«Ознакомление с окружающим миром», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Самая тесная взаимосвязь с **физической культурой** (и по строению, и по насыщенности). Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, 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.

Взаимосвязь с изучением **математики.** В ходе занятий учащиеся сталкиваются с понятиями "угол поворота", "направление движения", "доли счета" (1/4, 2/4, 3/4 и т. д.). Умение ориентироваться в пространстве способствует развитию абстрактного мышления.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные **исторические** корни и **географическое** происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, воспитанники знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, дети узнают о тех или иных народах, странах.

Танцевальная терминология классического танца преподается на **французском** языке, а джаз и эстрадный танец на **английском**.

Содержание программы включает в себя занятия разных типов, на которых решаются танцевальные, творческие, воспитательные задачи.

Формы и методы организации занятий по внеурочной деятельности самые разнообразные. Один из методов для достижения поставленной цели – организация творческой работы учащихся, с использованием полученных знаний и умений.

Основной формой организации занятий является групповая. Наряду с групповой формой работы на занятиях применяется индивидуальный и дифференцированный подход. Занятия планируются с учетом возрастных, психологических, и индивидуальных особенностей обучающихся.

Чередование темпа занятий позволяет поддерживать активность детей и избегать переутомления.

В течение года обучающиеся имеют возможность проявить свои умения, навыки, творческие способности, принимая участие в учебно-воспитательных мероприятиях Лицея.

Результатом групповых занятий являются участие в конкурсах, фестивалях, концертах на уровне Лицея, города, республики.

Занятия способствуют развитию творческих способностей обучающегося, формированию активной жизненной позиции, помогают в выборе профессии.

3.Описание места учебного курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом МБОУ Лицей №7 на внеурочную деятельность студии эстрадного танца «Стремление» сформированы две группы на параллели 5-7 классов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 45 минут – 68 часов в год.

Занятия по хореографии имеют интегрированный характер, соединяя в себе музыкальные, физкультурные, математические, географические, исторические, обществоведческие знания. В процессе разучивания танцевальных движений, национальных танцев дети знакомятся с культурой разных народов, с их языком. Это обеспечивает целостное и системное видение мира в его важнейших взаимосвязях и применение полученных знаний в жизненной практике

Цели и задачи реализации учебного предмета

Целью данной программы является формирование у учащихся средней образовательной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством танца.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач:**

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма
- Совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям
- Развитие интереса к занятиям хореографии, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора
- Формирование общих представлений о культуре движений

- Формирование культуры общения между собой и окружающими
- Воспитание организованной, гармонически развитой личности.
- Развитие основ музыкальной культуры
- Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание, способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях.
- Развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности,
- Развитие умения определять музыкальные жанры (танец, марш, песня), виды ритмики (танец, игра, упражнение), понимать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки; быстрый, средний, медленный темп; громкая, умеренно-громкая, тихая музыка и т.д.).
- Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях

4.Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «хореография».

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- <u>личностные результаты</u> - 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;
- <u>метапредметные результаты</u> – обнаружение ошибок при выполнении танцевальных движений с их последующей отработкой; анализ и объективная оценка результатов собственного творческой деятельности, поиск возможностей и способов улучшения пластики; видение красоты движений под музыкальное сопровождение, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека; умение управлять эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
- предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

<u>Регулятивные УУД:</u>

- *определять* и *формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- учиться *высказывать* своё предположение (версию) на основе жизненного опыта, анализа услышанного;
- учиться *работать* по предложенному учителем плану;
- учиться *давать* эмоциональную *оценку* деятельности на занятии.

<u>Познавательные УУД:</u>

- ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного;
- добывать новые знания: *находить ответы* на поставленные вопросы на основе своего жизненного опыта и информации, полученного на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы в группе детей;
- перерабатывать полученную информацию: *сравнивать* танцевальные движения.

<u>Коммуникативные УУД:</u>

- доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи;
- слушать мнения других и понимать их позицию.

V. Содержание тем учебного курса

5 -7 класс

Содержание курса	Кол-во часов
1. Введение. Правила техники безопасности. Поведение на сцене и в классе хореографии.	1
2. Экзерсис у станка.	17
3. Экзерсис на середине класса	16
4 Прыжки (allegro)	14
5 Элементы танца джаз-модерн	20

Календарно-тематическое планирование

Раздел	Дата	Тема занятий	Кол-во часов
Тема №1	01.09.14	Правила техники безопастности	1
Тема №2		Экзерсис у станка	
1	03.09.14	Demi plie	1
2	08.09.14	Grand plie	1
3	10.09.14	Plie releve	1
4	15.09.14	Battement tendu	1
5	17.09.14	Полуповорот en dehors	1
6	22.09.14	Полуповорот en dedans	1
7	24.09.14	Battement developpe	1
8	29.10.14	Battement fondu на 90	1
9	01.10.14	Pas ballotte	1
10	06.10.14	Тур en dedans	1
11	08.10.14	Grand battement jete	1
12	13.10.14	Быстрый developpe	1
13	15.10.14	Мягкий battement	1
14	20.10.14	Поворот на 360	1
15..	22.10.14	Battement frappe	1
16	05.11.14	Port de bras	1
17	10..11.14	Упражнения на epaulement	1
Тема №3		Экзерсис на середине класса	
18	12.11.14	Battement tendu	1
19	17.11.14	Rond de jambe par terre	1
20	19.11.14	Flic-flac	1
21	24.11.14	Jete en tournant	1
22	26.11.14	Подготовительное упражнение к турам на 90	1
23	01.12.14	Первое por de bras	1
24	03.12.14	preparation	1

25	08.12.14	Тур lent в больших позах	1
26	10.12.14	Баланс на одной ноге	1
27	15.12.14	Туры	1
28	17.12.14	Тур из 6 позиции	1
29	22.12.14	Temps lie на 90 вперед	1
30	24.12.14	Temps lie на 90 назад	1
31	29.12.14	Pas de burre	1
32	12.01.15	Pas de burre из стороны в сторону	1
33.	14.01.15	Pas de burre без переменны ног	1
Тема №4		Прыжки (allegro	
34	19.01.15	)Sauté по 2,5 позициях	1
35.	21.01.15	changement	1
36	26.01.15	Grand changement	1
37.	28.01.15	Petit changement	1
38.	02.02.15.	Pas glissad	1
39.	04.02.15	Jete в маленьких позах	1
40.	09.02.15	Pas echappe	1
41..	11.02.15	Pas assamble в позах	1
42.	16.02.15	Double assamble	1
43..	18.02.15	Double assamble в позах	1
44.	23.02.15	Sissone ouverte	1
45.	25.02.15	Sissone fermee	1
46.	02.03.15	Sissone на первый arabesgue	1
47.	04.03.15	preparation	1
Тема№5		Элементы джаз-модерн танца	
48	09.03.15	Jazz dance	1
49	11.03.15	Jazz heand	1
50	16.03.15	Jazz dance second	1
51.	18.03.15	Jazz dance fifch	1
52.	01.04.15	Jerk position	1
53.	06.04.15	arhc	1
54.	08.04.15	Auto позиция	1
55.	13.04.15	In позиция	1
56.	15.04.15	Point	1
57.	20.04.15	Flex	1
58	22.04.15	actuation	1

59.	27.04.15	adduction	1
60.	29.04.15	isolation	1
61.	06.05.15	Relax	1
62.	11.05.15	Contraction	1
63.	13.05.15	release	1
64.	18.05.15	coordination	1
65.	20.05.15	combination	1
66.	25.05.15	opposition	1
67.	27.05.15	parallelis	1
68.	29.05.15	Impulse	1

6-7 классы

Содержание курса	Кол-во часов
1. Введение. Правила техники безопасности. Поведение на сцене и в классе хореографии.	1
2. Экзерсис у станка. И на середине класса Классический танец главное выразительное средство современного танца	25
3. Элементы русского танца. Ковырялочка, веревочка.	16
4.Стилизованный русский танец.	10
5.Джаз-модерн Основные позиции джаз танца.	16

Календарно-тематическое планирование

Раздел.	**Дата**	**Тема занятий**	**Кол-во часов**
Тема №1- 1	02.09.13	Правила техники безопастности	1
Тема №2		Экзерсис у станка	
2	04.09.13	Demi plie	1
3	09.09.13	Grand plie	1
4	11.09.13	Plie releve	1
5	16.09.13	Battement tendu	1
6	18.09.13	Полуповорот en dehors	1
7	23.09.13	Полуповорот en dedans	1
8	25.09.13	Battement developpe	1
9	30.09.13	Battement fondu на 90	1
10	02.10.13	Pas ballotte	1
11	07.10.13	Typ en dedans	1
12	09.10.13	Grand battement jete	
13	14.10.13	Быстрый developpe	1
14	16.10.13	Мягкий battement	1

15	21.10.13	Поворот на 360	1
16	23.10.13	Battement frappe	1
17	28.10.13	Port de bras	1
18	30.10.13	Упражнения на epaulement	1
19	11.11.13	Экзерсис на середине класса	
20	13.11.13	Battement tendu	1
21	18.11.13	Rond de jambe par terre	1
22	20.11.13	Flic-flac	1
23	25.11.13	Jete en tournant	1
24	27.11.13	Подготовительное упражнение к турам на 90	1
25	02.12.13	Первое por de bras	1
26	04.12.13	preparation	1
27	09.12.13	Тур lent в больших позах	1
Тема №3		Элементы русского танца	
28.	11.12.13	Простая ковырялочка	1
29	16.12.13	Ковырялочка с подскоком	1
30.	18.12.13	В повороте ковырялочка	1
31.	23.12.13	Простая веревочка	1
32	25.12.13	Веревочка с переступанием	1
33	26.12.13	Комбинация ковырялочка с веревочкой	1
34	13.01.14	Веревочка в повороте	1
35.	15.01.14	Маятник простой	1
36	20.01.14	Моталочка	
37.	22.01.14	Комбинация маятник с моталочкой	1
36.	27.01.14	Переменный шаг с каблука	1
37	29.01.14	Ход с прыжком	1
38.	03.02.14	Комбинация переменный ход с прыжком	1
39.	05.02.14.	Скользящий шаг	1
40.	10.02.14	Концовка в пляске.	1
41.	12.02.14	Дробь с хлопушками.	1
42.	17.02.14	Ковырялочка с хлопками	1
Тема №4		Стилизованный русский танец	
43.	19.02.14	Положения рук в стилизованном танце	1
44.	24.02.14	Позиции ног в стилизованном танце	1
45.	26.02.14	Перегибы корпуса	1
46.	03.03.14	Поза « руки в боки»	1
47.	05.03.14	Grand plie по 2 позиции	1
48.	10.03.14	Ковырялочка с подскоком	1
49.	12.03.14	Перекаты на коленях	1
50.	17.03.14	Кувырок через плечо	1
51.	19.03.14	Присядка с хлопушкой	1

52.	02.04.14	Вращение с хлопками	1
Тема №5		Джаз-модерн танца	
53.	07.04.14	Элементы джаз и модерн танца	1
54.	09.04.14	Изолированная работа частей тела	1
55.	14.04..14	Jazz dance	1
56.	16.04..13	Jazz heand	1
57.	21.04.14	Jazz dance second	1
58.	23.04.14	Jazz dance fifch	1
59.	28.04.14	Jerk position	1
60.	30.04.14	arhc	1
61.	05.05.14	Auto позиция	1
62.	07 05.14	In позиция	1
63.	12.05.14	Point	1
64.	14.05.14	Flex	1
65.	19.05.14	actuation	1
66.	21.05.14	adduction	1
67.	26.05.14	isolation	1
68.	28.05.14	Relax	1
62.	08.05.14	Contraction	1
63.	13.05.14	release	1
64.	15.05.14	coordination	1
65.	20.05.14	combination	1
66.	22.05.14	opposition	1
67	27.05.14	parallelis	1
68.	29.05.14	Impulse	1

Учебно-методическое обеспечение

1.Барышникова Т. «Азбука музыкального движения», Рольф Москва, 1999год

2. Базарова Н. «Азбука классического танца» Москва, 1964год

3. Боброва Г. « Искусство грации», Ленинград, 1986год

4. Блазис К. «Искусство танца» Москва, 1934год

5. Ваганова А. «Основы классического танца» Ленинград, 1934год

6.Климов А. «Основы русского танца» Москва, 1994год

7. Кэтрэк Н. «Хочу танцевать» Москва, 1998год

8. Методическое пособие по хореографии

9. Роот З. «Танцы в детском саду» Москва, 2004год

Материально техническое обеспечение

1. Костюмы для выступлений.

2.Музыкальный центр, DVD диски, USB носители.

3.Учебный класс с деревянным полом, оборудованными стенками и зеркалами.

Система оценки планируемых результатов:

- проведение открытых уроков для родителей;

- участие в танцевальных конкурсах;

- участие в праздничных программах, концертах;

- проведение итогового занятия в конце учебного года.