

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Забайкальского края

Муниципальный район « Дульдургинский район»

МБОУ «Дульдургинская средняя общеобразовательная школа»

РАСМОТРЕНО Руководитель МО _____ Шпичко М.В. от «29» августа 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Руководитель центра _____ Цыренова Ч.А. от "30" августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО И.о директора _____ Насакова Б.Ж. Приказ №141 от 31 августа 2023
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

« Весёлый каблучок»

для учащихся 4-в класса

Дульдурга 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря хореографическому образованию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов, с их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий.

В основе русского национального танцевального искусства лежат игры, обряды, песни и хороводы. Virtuозная мужская пляска передает силу и мощь русского человека, его мужество, изобретательность, внимание и уважение к женщине. Девичьи пляскам свойственны плавность, строгость и скромность движений, сознание собственного достоинства.

Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которая должна быть доступной, будь то народные мелодии или произведения современных авторов.

На каждом этапе обучения дается материал по основным четырем разделам хореографического искусства:

- 1) азбука музыкального движения;
- 2) элементы классического танца;
- 3) элементы народного танца;
- 4) элементы историко-бытового танца.

В связи со спецификой занятий, границы программы сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, историко-бытового и народного танца.

Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и имеет целью эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей учащихся, понимание содержательности танцевального образа. В процессе постоянной практики дети сами приходят к выводу, что хореография – это содержательное искусство, требующее умения, техники, выразительности. Учащиеся должны получить представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений, легкость, сила и грация.

Цель - воспитывать и развивать понимающего, умного, воспитанного театрального зрителя, обладающего художественным вкусом, необходимыми знаниями, собственным мнением, помогать ребенку в самореализации и самопроявлении, в общении и в творчестве.

Задачи: -

- постановка головы и корпуса – осанка;

- знакомство с основными свободными позициями ног, положениями рук
- развивать художественный вкус, расширять общий кругозор учащихся;
- развивать воображение, выразительность речи;
- пополнять словарный запас, образный строй речи;
- формировать способность строить диалог друг с другом;
- знакомить детей с терминологией театрального искусства;
- развитие художественного и ассоциативного мышления младших;
- формирование нравственных качеств, гуманистической личностной позиции, позитивного и оптимистического отношения к жизни;
- развитие коммуникативной культуры детей.

В основу программы 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.

Программа предусматривает использование следующих форм проведения занятий:

- игра
- беседа
- иллюстрирование
- изучение основ сценического мастерства
- инсценирование прочитанного произведения
- работа в малых группах
- экскурсия
- выступление

Личностные, межпредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- **личностные результаты** - 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
- **межпредметные результаты** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление 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, согласовывать музыку и движение.

Итог: Отчетный концерт в конце учебного года. В течение года 4—5 выступлений.

Программа рассчитана на четыре года обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

4-Й КЛАСС

Элементы классического танца. Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях, в более быстром темпе.

Деми плие по 4-й позиции. Гранд плие по 1, 2, 3, 5-й позициям изучаются лицом к станку, затем исполняются держась за станок одной рукой.

Батман тандю жете пике – натянутые движения ноги с колющим броском в пол.

Рон де жамб пар тер ан деор и ан дедан (слитно). Размер 3/4.

Батман фондю – носком в пол по всем направлениям.

Батман фраппэ – вперед, в сторону и назад.

Релеве – по 1, 2-й позициям, на полупальцах.

Па балансе – раскачивающиеся движения, развивают свободу и непринужденность координации всего тела. Размер 3/4, темп медленного вальса.

Элементы народного танца. Происхождение некоторых украинских народных движений, н-р «дорожка проста», «дорожка плетена», «тынок» и др.

Характерный тренаж. Упражнения у станка. Повторение изученных элементов в более быстром темпе и в несколько более сложном ритмическом рисунке.

Упражнения на середине.

Русский танец. Прыжки (мужск.) с обеих ног, с одновременным сгибанием одной ноги вперед в свободном положении и ударом ладонью по подошве.

Веребочка – поочередный перенос согнутых ног спереди назад в свободном положении с одновременными небольшими подскоками и на низких полупальцах, в небольшом полуприседании; на месте, с продвижением назад, с поворотом.

Припадание – небольшой шаг в сторону на всю стопу в свободном положении, с последующим переступанием другой ноги на низкие полупальцы по 3-й свободной позиции сзади; с продвижением в сторону, с поворотом.

Разножка – полное приседание с подскоком на 1-й свободной позиции с последующим одновременным проскальзыванием по полу обеих ног в стороны на ребро каблука. Полное приседание с подскоком в 1-ю свободную позицию с последующим отскоком на одну ногу в сторону в полуприседание с одновременным открыванием другой

ноги на 45° в открытом положении. Метелочка – поочередные скольжения по полу внутренними сторонами стоп обеих согнутых ног от колена сзади в сторону в полном приседании (мужск.)

Дробь (двойные), ключ (простой, двойной), молоточки, моталочка.

Историко-бытовые танцы. Живой, веселый, быстрый характер польки. Вальс в два па. Вальс в паре (положение рук). Композиции из ранее пройденных элементов. Полонез в осложненном рисунке.

* * *

Работа в области танцевально-ритмической деятельности развивает воображение детей, их творческую активность, учит осознанному отношению к воспринимаемой музыке, к эмоционально-динамическому осмыслению движений. Это осознанное отношение к восприятию танца наполняет ребенка радостью. Хореография открывает для ребенка богатый мир добра, красоты, учит творческой преобразовательной деятельности.

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОЯСНЕНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ.

1) Принцип деятельности.

На занятиях ребенок находится в процессе открытия новых знаний.

2) Принцип креативности.

Педагог провоцирует и поощряет творческую активность детей.

3) Принцип непрерывности образования и воспитания.

Методы занятий:

1. Словесный (объяснение, замечания)
2. Наглядность (личный показ педагога)
3. Практический (выполнение движений)

Структура занятий

1. Подготовительная часть (разминка)
2. Основная часть (разучивание нового материала)
3. Заключительная часть (закрепление выученного материала)

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на обучение детей 9-10 лет.

Методическое обеспечение:

1. Наличие утвержденной программы.
2. Использование нормативно-правовых документов

3. Использование специализированной литературы

ТРЕБОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ, НАВЫКАМ УЧАЩИХСЯ.

4-й класс.

Ученик за эти годы должен приобрести не только музыкально-танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, приобрести навыки нравственного поведения и отношения к товарищам, подчинять свои личные интересы деятельности коллектива. Никогда не подводить товарищей, заменять заболевших на выступлениях и репетициях.

Овладеть основными навыками азбуки классического танца. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку.

Исполнять движения в характере музыки – четко, сильно, медленно, плавно.

Знать рисунок положений и уровней рук и ног, большие и маленькие позиции рук.

Понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа и окружающей природой.

КОНТРОЛЬ, ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ДЕТЕЙ.

Отчетный концерт в конце года

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п дата	Содержание занятий	Количество часов
1.	Поклон-приветствие (начало также всех последующих занятий). Марш с чередованием бега на носках, образное движение «птички». Упражнение «Слабые-сильные руки» «Пружинки» - прямая и с поворотом Танцевально-игровое упражнение «Не шали» Игра «Найди свое место»	1
2.	Разминка Упражнение «Тик-так» - для шеи Упражнение для плеч, корпуса, рук, ног «Не шали» - разучивание в парах Игра «Нитка-иголка»	1

3.	Закрепление простого хороводного шага и различных хороводов (по кругу, улитка, стенка на стенку). Разминка – комплекс для рук «Поплаваем», пружинки с поворотом, прыжки, галоп. «Не шали» - закрепить. Игра «Зоопарк».	1
4.	«Поезд» (путешествие к морю). Топающий шаг, упражнение для рук, прыжки поочередно на правой и левой ногах. Разминка «Галоп» с вариантами – закрепить «Каблучки» Игра «После дождя»	1
5.	«Марш» и прыжки – исполнение в характере музыки. Простой хороводный шаг. Боковой шаг с приставкой – разучивание. «Поскоки» - отработать. «Мягкие руки» Разминка – упражнение для корпуса «Вальс» Шуберта - упражнение с хлопками Танцевальный этюд «Приглашение» Игра «Цапля и лягушки»	1
6.	Различные виды хороводов – вспомнить Приставной шаг – закрепить Боковой галоп – разучивание «Возвращение домой» Гречанинова – разучивание высокого шага на мягкой подушечке стопы «Экосез» Шуберта – наклоны «Приглашение» - отработка Игра «Цапля и лягушки»	1
7.	Закрепить выученные танцевальные шаги	1
8.	Разминка «Полька» - разучивание Игра по желанию	1
9.	«Марш» муз. Кишко – энергичный шаг, пружинистый шаг, шаг на месте Боковой галоп, поскоки, приставной шаг – закрепление Упражнение «Бабочки» «Полька» - закрепление Игра «Бабочки»	1
10.	Комплекс упражнений для рук	1
11.	Разминка с элементами танцев «Диско» Танец «Нам весело» - разучивание Игра «Манекены»	1

12.	Упражнение для улучшения гибкости шеи, рук Комплекс упражнений «Мягкие руки» Разминка «Диско» Танец «Нам весело» - отработка Игра «Попрыгунчики-воробышки»	1
13.	Комплекс упражнений для рук. Танец «Снежинки» - разучивание Разминка «Диско» Танец «Нам весело» - закрепление Игра по желанию	1
14.	Комплексы упражнений для рук, корпуса	1
15.	Танец «Снежинки» - отработка Разминка под рус.нар.мел. Танец по желанию Игра «Козочки и волки»	1
16.	Закрепление всех изученных танцевальных движений Повтор танцев к Новомуднему празднику Выступление на Новогоднем празднике	1
17.	«Поезд» - вспомнить	1
18.	Комплекс упражнений для рук, кистей, корпуса, ног Разминка под рус.нар.мел. Упражнение «Пляска с ложками» Танец по желанию Игра по желанию	1
19.	Хороводный шаг и его виды – вспомнить	1
20.	Хороводный шаг (мелкий на носочках) – разучивание Комплекс упражнений для рук, кистей Разминка под рус.нар.мел. Хоровод «Ивушки» - разучивание отдельных движений по залу (перестроения) Игра «Совушка»	1
21.	Хороводные шаги – повторять и закреплять Ритмические прыжки и бег Упражнение с платочками Комплекс упражнений для шеи, рук, кистей Хоровод «Ивушки» - разучивание 1-й, 2-й и 3-й фигур Игра «Водяной»	1
22.	Построение в круг Хороводные шаги Разминка под рус.нар.мел. Хоровод «Ивушки» - соединение 1-й, 2-й и 3-й фигур Игра «Мы – веселые ребята»	1
23.	Построение в шеренгу, перестроение в круг	1

	<p>Комплекс игропластики Упражнения с платочками Хоровод «Ивушки» - разучивание 4-й и 5-й фигур, отработка 1-3 фигур Игра «Эхо»</p>	
24.	<p>Перестроения «Найди свое место!» Хороводные шаги Имитационно-образные упражнения «Танец с зонтиками» - разучивание отдельных движений без предметов Хоровод «Ивушки» - отработка и закрепление</p>	1
25.	<p>Выступление на концерте для мам и бабушек</p> <p>Ходьба, бег, прыжки Упражнения для рук Упражнения с зонтиками Разминка под рус.нар.мел. Ритмический танец «Кузнечик» «Танец с зонтиками» - разучивание основных движений с предметами Игра по желанию</p>	1
26.	<p>Построение в рассыпную</p>	1
27.	<p>Разминка «Диско» «Танец с зонтиками» - соединение Ритмический танец «Кузнечик» Игра «Рыбачок» - закрепление элементов рус.нар.танца (елочка, гармошечка и др.)</p>	1
28.	<p>Построение в шеренгу и колонну. Ходьба «Кошечка» и «Цапля» Разминка «Диско» Ритмический танец «Кузнечик» Ритмический танец «Полька-хлопушка» «Танец с зонтиками» - отработка и закрепление Игра «Ленточки-хвосты»</p>	1
29.	<p>Передвижение шагом и бегом</p>	1
30.	<p>Построение в круг Приставной и скрестный шаг Упражнение «Часики», «Карусельные лошадки» Ритмический танец «Лавота» Танец «Мужичок с гармошкой» - разучивание Игра «Музыкальные стулья»</p>	1
31.	<p>Передвижение шагом и бегом Бег по кругу и по ориентирам («змейкой») Шаг с каблучка, «моталочка», «ковырялочка» Упражнение «Часики», «Карусельные лошадки» Ритмический танец «Полька-хлопушка»</p>	1

	Ритмический танец «Лавота» Танец «Мужичок с гармошкой» - отработка и закрепление Игра по желанию	
32. 33.	Построение врассыпную Комплекс упражнений для корпуса, рук Танцевальные шаги, «моталочка», «ковырялочка» - повторить Простой переменный шаг – разучивание Ритмический танец «Большая стирка» Танец «Тельняшечка» - разучивание Игра « Морские фигуры»	1 1
34.	Построение в круг Танцевальные шаги, движения – закрепить Разминка под рус.нар.мел. Комплексы упражнений Ритмический танец по желанию Танец «Тельняшечка» - отработка и закрепление Танец «Мужичок с гармошкой» - закрепить Игра по желанию Выступление на празднике «прощание с начальной школой»	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Издательство «Искусство» Л.-М. 1964
2. Костровицкая В. Школа классического танца. «Искусство». Лен. отд. 1986
3. Ткаченко Т. Народный танец. М. 1967
4. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. М. 1987
5. Смирнов И. Искусство балетмейстера. М. Просвещение. 1986
6. Захаров Р. Сочинение танца. М. Искусство, 1989
7. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика. СПб.: СПбГУП, 2006