

**Рабочая программа**  
по внеурочной деятельности  
(общекультурное направление)

Хореографическая студия  
«Каблучок»

Начальное общее образование

Класс 3-4

Возраст детей: 9-11 лет

Срок реализации 1 год

Составила:  
Суркина Светлана Алексеевна,  
педагог дополнительного образования

## **Аннотация**

Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

**Цель программы:** привить интерес обучающимся к хореографическому искусству.

### **Задачи:**

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.
- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

**Программа рассчитана на 1 год обучения** (занятия проводятся 2 раза в неделю: 1 занятие – 1 час, 2 занятие – 0,5 часа). Форма обучения – групповые и индивидуальные занятия. Отбор детей проводится в соответствии с желанием и индивидуальными особенностями детей. Учебный материал включает в себя: музыкально-ритмические занятия; элементы народного танца; элементы детского бального танца; элементы историко-бытового танца; элементы эстрадного танца.

Занятия в кружке направлены на общее развитие школьников, на приобретение устойчивого интереса к занятиям хореографией в дальнейшем, но не может дать детям профессиональной хореографической подготовки. Поэтому учебный материал включают в себя лишь элементы видов танцев, объединенных в отдельные танцевально-тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции.

### **Планируемые результаты:**

к концу года дети **научатся**

- выполнять хореографические элементы
- чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями
- исполнять движения в характере музыки

**получают возможность научиться**

- правильно исполнять программные танцы
- сохраняя осанку, выворотность ног, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции.
- научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

## Содержание

1. Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях

Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперёд, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец.

Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъём на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперёд, назад, с поворотами на 1/4 круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ног. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.

Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

3. Основы народного танца

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец с зонтиками). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.

Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец. Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с одарёнными учениками.

5. Постановка танцев. Отработка номеров. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

6. Отчётный концерт

Подготовка пригласительных билетов на отчётный концерт. Отработка ритуала встречи гостей. Подготовка помещения для приёма гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка ведущего концерта. Репетиции. Подготовка видео- и фотосъёмки. Разбор итогов отчётного концерта.

Заключительная беседа с обучающимися и их родителями о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремление к освоению профессионального мастерства

### Учебно-тематический план

<i>№ п.п.</i>	<i>Темы</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
1.	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	4	2	2
2.	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец	12	2	10
3.	Основы народного танца	12	2	10
4.	Танцевальные этюды, эстрадный танец	12	2	10
5.	Постановка танцев. Отработка номеров	10	2	8
6.	Отчётный концерт	1	-	1
	<b>Итого</b>	<b>51</b>	<b>10</b>	<b>41</b>

### Календарно – тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Причина коррек тировки
			План	Факт	
1.	Инструктаж по безопасному исполнению упражнений. Правила поведения на танцевальных занятиях.				
2.	Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеофильмов.				
3-4	Позиции рук, ног, головы, упражнение для головы (повороты, наклоны). Упражнение для корпуса				
5-6	Понятия о координации движений, о позиции и положении рук и ног. Позы классического танца.				
7-8	Практическая работа. Позиции ног. Упражнения для ног. Основные шаги танца.				
9-10	Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседание и полное приседание. Подъём на полупальцы.				
11-12	Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног. Дробное выстукивание. Верёвочка.				
13-14	Основы народного танца.				
15	Индивидуальная работа с наиболее одаренными ученикам				
16-18	Практическая работа. Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами: гармошка, ёлочка, вынос с ноги на каблук.				
19-21	Детские танцы: матрешки, снежинки.				
22	Работа над постановкой танца.				
23-24	Танцевальные этюды. Эстрадный танец. Танцы народа мира (слушание, просмотр видеозаписи).				
25-26	Практическая работа. Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.				
27-28	Индивидуальная работа с наиболее одаренными учениками				
29	Постановка танцев: отработка позиций рук, ног, корпуса головы в классическом танце.				
30-31	Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики				
32 - 33	Подготовка танцевальных костюмов. Создание сценического макияжа				
34	Отчетный концерт				

