

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тульской области**

**Администрация муниципального образования Ясногорский район**

**МОУ "Санталовская СШ"**

РАССМОТРЕНО

На заседании  
педагогического совета

\_\_\_\_\_  
Чурюкина Л.П.  
Протокол №7  
от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_  
Чурюкина Л.П.  
Приказ №338  
от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**«Сценическая хореография»**

для обучающихся 5 класса

**п.Санталовский, 2023**

## Планируемые результаты

### Личностные:

- понимание ценности хореографического искусства в жизни человека и общества;
- уважительное отношение к танцевальному наследию России и народов других стран;
- развитие эмоционально-волевых качеств и коммуникативных навыков, способствующих социальной самореализации ребенка;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в коллективе;
- способность формулировать собственное мнение и позицию;

### Метапредметные:

- развитие танцевальных способностей (координация, изоляция, импровизация), а также образного и ассоциативного мышления, фантазии и творческого воображения,
- эмоционально-ценностного отношения к явлениям жизни и искусства на основе восприятия и анализа художественных образов;
- владение основами самоконтроля, самооценки;
- ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

### Предметные:

- понимание танцевальной культуры, как неотъемлемой части человеческой жизни;
- знание характерных особенностей танцевальных жанров и основных стилистических направлений;
- владение основами хореографии;
- владение навыками ансамблевого исполнительства;
- владение навыками слухового контроля и самоконтроля за качеством звучания;
- способность реализации собственных творческих замыслов в хореографической импровизации.

## Содержание тем программы

| Раздел            | Содержание тем программы   |
|-------------------|--|
| <b>1. Ритмика</b> | <p>1. Ритмические упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- упражнения на дыхание; физиологическая разминка по принципу сверху вниз.</li></ul> <p>2. Упражнения на ковриках:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание;</li><li>- лежа на спине – поднятие ног, махи ногами;</li><li>- сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины;</li><li>- статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюды» и т.д.</li></ul> <p>3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- движения в образах; пантомима.</li></ul> <p>4. Упражнения на пластику и расслабление:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- пластичные упражнения для рук; наклоны корпуса в координации с движениями рук; напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела.</li></ul> <p>5. Пространственные упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- продвижения с прыжками, бег, поскоки; перестроение из одной</li></ul> |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>фигуры в другую.</p> <p>6. Ритмические комбинации:<br/>- связки ритмичных движений; этюды; танцевальная импровизация.</p>   |
| <b>2.Элементы классического танца</b>      | <p>1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).<br/>- плие; пор-де-бра.</p> <p>2. Упражнения на середине зала:<br/>- приседания и полуприседания; поднимание стопы на полупальцы; движение в координации рук и ног по позициям, повороты.</p> <p>3.Прыжки, верчения:<br/>- прыжки на месте по I, II, III позициям ног; верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.</p> <p>4.Комбинации движений классического танца:<br/>- этюды; координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; координация рук и ног в исполнении движений на середине.</p> |
| <b>3.Элементы русского народного танца</b> | <p>1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</p> <p>2. Основные танцевальные движения:<br/>- танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной;<br/>- «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»;</p> <p>3. Комбинации русского народного танца «Плясовая».</p>  |
| <b>4.Элементы бального танца</b>           | <p>1. Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</p> <p>2. Основные элементы бального танца:<br/>- элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; свободная композиция (работа в паре); элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты.</p> <p>3. Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</p>  |
| <b>5.Элементы национального танца</b>      | <p>1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</p> <p>2. Основные танцевальные движения.</p> <p>3. Композиции национального танца (ирландский танец)<br/>- связка отдельных элементов в свободные композиции.</p>  |
| <b>6.Постановочно-репетиционная работа</b> | <p>1. Изучение движений танцевального номера;</p> <p>2. Отработка движений танцевального номера;<br/>Соединение движений в комбинации; разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок; репетиционная работа.</p>   |

### Календарно-тематический план

| №                  | Раздел, тема урока       | Кол-во часов | Дата | Корректировка |
|--------------------|--------------------------|--------------|------|---------------|
| <b>Ритмика -8ч</b> |                          |              |      |               |
| 1.                 | Физиологическая разминка | 1            |      |               |
| 2.                 | Физиологическая разминка | 1            |      |               |

|   |   |   |  |  |
|---|---|---|--|--|
| 3.  | Движения в образах  | 1 |  |  |
| 4.  | Движения в образах  | 1 |  |  |
| 5.  | Пантомима. Пластичные упражнения.<br>Ритмические движения .Импровизация | 1 |  |  |
| 6.  | Пантомима. Пластичные упражнения.<br>Ритмические движения .Импровизация | 1 |  |  |
| 7.  | Связка танцевальных движений  | 1 |  |  |
| 8.  | Связка танцевальных движений  | 1 |  |  |
| <b>Элементы классического танца- 10ч</b>      |   |   |  |  |
| 9.  | Постановка корпуса.   | 1 |  |  |
| 10.   | Постановка корпуса.   | 1 |  |  |
| 11.   | Движения классического танца  | 1 |  |  |
| 12.   | Движения классического танца  | 1 |  |  |
| 13.   | Движения классического танца  | 1 |  |  |
| 14.   | Движения классического танца  | 1 |  |  |
| 15.   | Движения классического танца  | 1 |  |  |
| 16.   | Движения классического танца  | 1 |  |  |
| 17.   | Этюд  | 1 |  |  |
| 18.   | Этюд  | 1 |  |  |
| <b>Элементы русского народного танца- 10ч</b> |   |   |  |  |
| 19.   | «Ковырялочка». «Моталочка»  | 1 |  |  |
| 20.   | «Ковырялочка». «Моталочка»  | 1 |  |  |
| 21.   | «Гармошка»  | 1 |  |  |
| 22.   | «Гармошка»  | 1 |  |  |
| 23.   | Отработка движений танца «Плясовая»                                     | 1 |  |  |
| 24.   | Отработка движений танца «Плясовая»                                     | 1 |  |  |
| 25.   | Соединение движений танца в комбинации                                  | 1 |  |  |
| 26.   | Соединение движений танца в комбинации                                  | 1 |  |  |
| 27.   | Постановка танца «Плясовая»   | 1 |  |  |
| 28.   | Постановка танца «Плясовая»   | 1 |  |  |
| <b>Элементы бального танца- 10ч</b>           |   |   |  |  |
| 29.   | Изучение движений танца «Вальс»   | 1 |  |  |
| 30.   | Изучение движений танца «Вальс»   | 1 |  |  |
| 31.   | Постановка танца «Вальс»  | 1 |  |  |
| 32.   | Постановка танца «Вальс»  | 1 |  |  |
| 33.   | Изучение движений танца «Рок-н-ролл»                                    | 1 |  |  |
| 34.   | Изучение движений танца «Рок-н-ролл»                                    | 1 |  |  |
| 35.   | Соединение движений танца «Рок-н-ролл»                                  | 1 |  |  |
| 36.   | Соединение движений танца «Рок-н-ролл»                                  | 1 |  |  |
| 37.   | Постановка танца «Рок-н-ролл»   | 1 |  |  |
| 38.   | Постановка танца «Рок-н-ролл»   | 1 |  |  |
| <b>Элементы национального танца-10 ч</b>      |   |   |  |  |
| 39.   | Отработка простых элементов танца                                       | 1 |  |  |

|  |                                       |   |  |  |
|--|---------------------------------------|---|--|--|
| 40.  | Отработка простых элементов танца     | 1 |  |  |
| 41.  | Отработка сложных элементов танца     | 1 |  |  |
| 42.  | Отработка сложных элементов танца     | 1 |  |  |
| 43.  | Соединение движений                   | 1 |  |  |
| 44.  | Соединение движений                   | 1 |  |  |
| 45.  | Соединение движений                   | 1 |  |  |
| 46.  | Соединение движений                   | 1 |  |  |
| 47.  | Разводка комбинаций                   | 1 |  |  |
| 48.  | Разводка комбинаций                   | 1 |  |  |
| <b>Постановочно-репетиционная работа-20ч</b> |                                       |   |  |  |
| 49.  | Танцевальный номер «Вальс»            | 1 |  |  |
| 50.  | Танцевальный номер «Вальс»            | 1 |  |  |
| 51.  | Танцевальный номер «Плясовая»         | 1 |  |  |
| 52.  | Танцевальный номер «Плясовая»         | 1 |  |  |
| 53.  | Танцевальный номер «Рок-н-ролл»       | 1 |  |  |
| 54.  | Танцевальный номер «Рок-н-ролл»       | 1 |  |  |
| 55.  | Отработка сложных движений            | 1 |  |  |
| 56.  | Отработка сложных движений            | 1 |  |  |
| 57.  | Простые движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 58.  | Простые движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 59.  | Отработка простых движений            | 1 |  |  |
| 60.  | Отработка простых движений            | 1 |  |  |
| 61.  | Сложные движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 62.  | Сложные движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 63.  | Отработка сложных движений            | 1 |  |  |
| 64.  | Отработка сложных движений            | 1 |  |  |
| 65.  | Соединение движений в комбинации      | 1 |  |  |
| 66.  | Соединение движений в комбинации      | 1 |  |  |
| 67.  | Постановка танцев                     | 1 |  |  |
| 68.  | Постановка танцев                     | 1 |  |  |