

**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 7 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: - 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). - плие; пор-де-бра.</p> <p>2. Упражнения на середине зала: - приседания и полуприседания; поднимание стопы на полупальцы; движение в координации рук и ног по позициям, повороты.</p> <p>3.Прыжки, верчения: - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.</p> <p>4.Комбинации движений классического танца: - 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: - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «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: - 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) - 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; 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 -4ч</b>				
1.	Физиологическая разминка	1		
2.	Движения в образах	1		

3.	Пантомима. Пластичные упражнения. Ритмические движения .Импровизация	1		
4.	Связка танцевальных движений	1		
<b>Элементы классического танца- 5ч</b>				
5.	Постановка корпуса.	1		
6.	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	1		
7.	Движения классического танца	1		
8.	Движения классического танца	1		
9.	Этюд	1		
<b>Элементы русского народного танца- 5ч</b>				
10.	«Ковырялочка». «Моталочка»	1		
11.	«Гармошка»	1		
12.	Отработка движений танца «Плясовая»	1		
13.	Соединение движений танца в комбинации	1		
14.	Постановка танца «Плясовая»	1		
<b>Элементы балльного танца- 5ч</b>				
15.	Изучение движений танца «Вальс»	1		
16.	Постановка танца «Вальс»	1		
17.	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	1		
18.	Соединение движений танца «Рок-н-ролл»	1		
19.	Постановка танца «Рок-н-ролл»	1		
<b>Элементы национального танца-5 ч</b>				
20.	Отработка простых элементов танца	1		
21.	Отработка сложных элементов танца	1		
22.	Соединение движений	1		
23.	Соединение движений	1		
24.	Разводка комбинаций	1		
<b>Постановочно-репетиционная работа-10ч</b>				
25.	Танцевальный номер «Вальс»	1		
26.	Танцевальный номер «Плясовая»	1		
27.	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	1		
28.	Отработка сложных движений	1		
29.	Простые движения танцевального номера	1		
30.	Отработка простых движений	1		
31.	Сложные движения танцевального номера	1		
32.	Отработка сложных движений	1		
33.	Соединение движений в комбинации	1		
34.	Постановка танцев	1		