Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение   
«Гимназия №1» г.Ядрин Чувашской Республики

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Рассмотрено  на заседании кафедры МО классных руководителей  Протокол № \_\_\_\_\_  от « » августа 20 г. |  | Согласовано:  Зам. директора по ВР  Семенова В.В.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_  « » августа 20 г. |  | Утверждаю:  Директор МБОУ«Гимназия №1» г.Ядрин  \_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Н. Порфирьева  « » августа 20 г. |

**Рабочая программа**

**курса внеурочной деятельности**

«Танцкласс»

**на 2023-2024 учебный год**

**(общекультурное направление)**

**5 класс**

Ф.И.О. учителя, реализующего программу Ильина Линда Александровна

**г. Ядрин -2023г.**

Пояснительная записка

Занятия хореографией оказывают положительное влияние на организм детей: профилактика заболеваний сердечно – сосудистой системы; улучшение осанки, силы, гибкости, выносливости, приобретение жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитие двигательной памяти.

Детская хореография способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, делают его психику более пластичной и координированной.

Цель: создание условий для развития мотивации формирования навыков танцевальной деятельности и самореализации, личности ребенка через знакомство с видами танцевального искусства.

Для достижения данной цели формируются следующие задачи:

Обучающие:

• Сформировать технические навыки элементарных танцевальных движений от самых простых до более сложных.

• Сформировать умение выражать тему музыкального сопровождения с помощью танцевальных движений.

Развивающие:

• Содействие всестороннему гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья учащихся;

• Развитие гибкости, ловкости, координации движений;

Воспитывающие:

• Воспитание высоких волевых качеств (умение добиваться поставленной цели);

• Воспитание морально-этических качеств (уважение друг к другу, умение радоваться успехам другим, взаимопомощи);

• Воспитание эстетических качеств (красота движений и музыки, театрализованность танца).

Задача предмета привить детям любовь к танцу, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к обучающимся. В связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной.

Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к предмету и способствует творческому росту обучающихся.

Требования к уровню подготовки учащихся:

Знать/понимать

- основные теоретические аспекты пройденного материала;

- жанровые и стилистические особенности классического, народного, историко-бытового, современного танца.

- основы правильного дыхания при движении;

- хореографическую нумерацию точек класса;

- основные направления движения;

- что любое танцевальное движение исполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки

Уметь

- использовать пространство класса относительно зрителя;

- координировать работу головы, корпуса, рук и ног;

- распознать и передать движением характер музыки (грустный, весёлый, торжественный);

- импровизировать под любую незнакомую музыку.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- сохранения высокого уровня двигательной активности;

- увеличения гибкости позвоночника, подвижность суставов, эластичности связок и мышц;

- сохранения правильной осанки во время исполнения любого движения;

- сохранения положительного эмоционального состояния.

Программа является основой занятий на уроке, она предусматривает систематическое и последовательное обучение. В программу по хореографии входит изучение элементов классического танца, народно – сценического танца, бального танца.

С первых занятий у детей должна активизироваться связь между музыкой и движением, они должны понять и уяснить простые правила, которые необходимы на уроках ритмики и хореографии:

а) музыка – хозяйка на занятиях, она руководит в музыкальных упражнениях и самостоятельной работе;

б) музыку нужно «беречь», во время звучания нельзя шуметь, говорить, без музыки не разрешается двигаться;

в) музыку надо слушать сначала до конца, начинать двигаться с началом музыки и прекращать движение с окончанием звучания.

В каждом уроке проходит слушание музыки, учебно-тренировочная и постановочная работа, импровизация.

Данная рабочая программа рассчитана на 35 учебных часов из расчета 1 часа в неделю в 5 классе

**III. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**5 класс (35 часов)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов, тем | Кол-во часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
| 1 | Основы хореографии. Вводное занятие. | 1 | 1 |  |
| 2 | Основы хореографии. Повторение проученных элементов классического тренажа | 1 |  | 1 |
| 3 | Основы хореографии. III por de bras | 1 |  | 1 |
| 4 | Историко-бытовой танец. Левый и правый малые квадраты медленного танца. | 1 |  | 1 |
| 5 | Историко-бытовой танец. Правый и левый большие квадраты медленного вальса. | 1 |  | 1 |
| 6 | Историко-бытовой танец. Парное исполнение малых квадратов. | 1 |  | 1 |
| 7 | Историко-бытовой танец. Парное исполнение больших квадратов. | 1 |  | 1 |
| 8 | Эстрадный танец. Музыкальный стиль «Диско». Движения плеч и бёдер. | 1 |  | 1 |
| 9 | Эстрадный танец. Основные движения танцевального стиля. | 1 |  | 1 |
| 10 | Эстрадный танец. Танцевальные связки, построение комбинаций. | 1 |  | 1 |
| 11 | Эстрадный танец. Техническое исполнение композиции. | 1 |  | 1 |
| 12 | Эстрадный танец. Современный взгляд на народный восточный танец. | 1 | 1 |  |
| 13 | Эстрадный танец. Восточный танец. Пластическое копирование национальных рисунков движениями рук. | 1 |  | 1 |
| 14 | Эстрадный танец. Характерные движения восточного танца. | 1 |  | 1 |
| 15 | Эстрадный танец. Стилизация движений восточного танца. | 1 |  | 1 |
| 16 | Эстрадный танец. Композиционное построение проученных комбинаций. | 1 |  | 1 |
| 17 | Народный танец. Американский танец «Кантри». Особенности музыкального стиля. | 1 | 1 |  |
| 18 | Народный танец. Основные движения танца «Кантри». | 1 |  | 1 |
| 19 | Народный танец. Основы степовой лексики. | 1 |  | 1 |
| 20 | Народный танец. Комбинирование движений степовой лексики. | 1 |  | 1 |
| 21 | Народный танец. «Кантри» - парные комбинации. | 1 |  | 1 |
| 22 | Эстрадный танец. «Рок-н-ролл» - история зарождения музыкального стиля. | 1 |  | 1 |
| 23 | Эстрадный танец. Характерные движения танца «Рок-н-ролл». | 1 |  | 1 |
| 24 | Эстрадный танец. Составление сольной партии танца «Рок-н-ролл». | 1 |  | 1 |
| 25 | Эстрадный танец. Техническое исполнение сольной партии танца «Рок-н-ролл». | 1 |  | 1 |
| 26 | Эстрадный танец. «Рок-н-ролл». Основные движения в паре. | 1 |  | 1 |
| 27 | Эстрадный танец. Составление парных комбинаций танца «Рок-н-ролл». | 1 |  | 1 |
| 28 | Эстрадный танец. Парные комбинации танца «Рок-н-ролл». | 1 |  | 1 |
| 29 | Эстрадный танец. Техническое исполнение парных комбинаций танца «Рок-н-ролл». | 1 |  | 1 |
| 30 | Современный танец. История возникновения современного музыкального стиля «Хип-хоп». | 1 | 1 |  |
| 31 | Современный танец. Видеофильм «Шаг вперёд». | 1 | 1 |  |
| 32 | Современный танец. Тренаж современной пластики. | 1 |  | 1 |
| 33 | Современный танец. Связки и комбинации танцевального стиля «Хип-хоп». | 1 |  | 1 |
| 34 | Современный танец. Составление комбинаций на основе лексики современной пластики. | 1 |  | 1 |
| 35 | Обобщающий урок. | 1 |  | 1 |
|  | Итого | 35 | 5 | 30 |

**Содержание**

**Ритмика, элементы музыкальной грамоты. Ритмические упражнения, построения и перестроения. Слушание и разбор в танцевальной музыке. Сильная доля.**

**Игрогимнастика. Основные позиции рук и ног классического танца. Знакомство с ориентировкой в пространстве по системе А.Я. Вагановой. Знакомство с рисунком танца. Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок, бег, галоп). Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости и выворотности. Постановка корпуса.**

**Игротанцы. Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах). Рисунки хороводов. Прочес, воротца. Шестёра. Восьмёра. Шаг с носка, переменный шаг. Тройной притоп в комбинации. Ключ. Двойной ключ. Припадания в комбинации. Ковырялочка в комбинации. Моталочка в комбинации.**

**Музыкально – подвижные игры. Элементы современной пластики: джаз, модерн-танец. Творческие этюды. Пластика животных.**

**Образные упражнения. Русский этюд. Украинский этюд. Эстрадный этюд. Прыжковые комбинации.**

**Композиция и постановка танца. Русская кадриль. Основные рисунки и ходы танца.. Синкопированные комбинации. Ирландские мотивы. Русский лирический танец.**