

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>РАССМОТРЕНО</b><br/>МО классных руководителей<br/>протокол № 1 от 29.08.2017г.<br/>Руководитель МО<br/>Васюкова О.В. <i>Васюкова</i></p> | <p><b>СОГЛАСОВАНО</b><br/>Зам. директора по ВР<br/>Васюкова О.В. <i>Васюкова</i><br/>29.08.2017 г.</p> | <p><b>УТВЕРЖДАЮ</b><br/>Директор школы<br/><i>Антипова</i> (О.Е. Антипова)<br/>Приказ № 01-08/87 от 29.08.2017 г.</p> |
|--|--|---|



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**  
Хореография.

**Направленность:** творческая  
(уровень – базовый)

*Срок реализации программы: 34 ч. (9 месяцев)*  
*Возраст детей: 8 – 10 лет*  
*Форма обучения: очная, групповая*

Составитель программы: хореограф Скоркина А.Г.

Москва, 2017 год

## Дополнительное образование

### Хореография

1-4 класс

### Рабочая программа

### Москва

#### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ «ХОРЕОГРАФИЯ»

**1-й класс.**

**Учащиеся должны знать:**

Названия базовых упражнений, входящих в программу разминки и партерной гимнастики, названия прыжков и шагов, а так же понимать суть основных понятий хореографии .

**Учащиеся должны уметь:**

К концу первого учебного года школьник должен быть знаком с простейшими элементами музыкальной грамоты , воспроизводить движения, ритмические рисунки, хлопки, притопы. Ученик должен обладать навыкам координации движений, развить выворотность, гибкость, зрительную и музыкальную память, танцевальную выразительность . уметь правильно воспроизводить основные движения разминки мышц всего тела и базовые элементов партерной гимнастики. Необходимо обладать навыками восприятия различных характеров музыки, находить отличия и передавать характер музыки с помощью движений.

**Учащиеся должны уметь применять на практике:**

Принимать участие в общешкольных мероприятиях и участвовать в районных и областных конкурсах.

**2-й класс.**

**Учащиеся должны знать:**

Названия базовых элементов азбуки классического танца.( основные позиции рук и ног, постановка корпуса) ,знать основные отличия различных танцевальных стилей и характеров музыки, знать методику исполнения классического, эстрадного и народного танца и узнавать характерные им движения.

**Учащиеся должны уметь:**

Выполнять простые и сложные перестроения в пространстве. Учащиеся должны улучшить индивидуальные танцевально-двигательные способности, уметь исполнять базовые простейшие элементы различных танцевальных стилей и придавать движениям эмоциональный окрас. Уметь взаимодействовать в паре .

**Учащиеся должны уметь применять на практике:**

Принимать участие в общешкольных мероприятиях и участвовать в районных и областных конкурсах.

**3-й класс.**

**Учащиеся должны знать:**

К концу третьего года обучения у учеников должен сформироваться комплекс знаний, умений, и навыков хореографического искусства и пластики в целом , а также чувство музыкального ритма. Ученики должны ориентироваться в различных танцевальных направлениях и разнообразном музыкальном материале, знать и выполнять много развивающих игр и заданий. Сформировать представление о красоте и гармонии.

**Учащиеся должны уметь:**

Исполнять комбинации и связки движений эстрадного народного и классического танца, придавать движениям эмоциональный окрас и исполнять их выразительно. Улучшить коммуникативные навыки и культуру взаимодействия,(работа в коллективе) , научиться толерантному отношению друг к другу. Работать над синхронностью и техникой исполнения движений и рисунков танца.

**Учащиеся должны уметь применять на практике:**

Принимать участие в общешкольных мероприятиях и участвовать в районных и областных конкурсах.

**4-й класс.**

**Учащиеся должны знать:**

За годы освоения данной программы ученик должен знать не только базовые элементы различных танцевальных направлений и их названия, но и воспитать аккуратность, красоту , культуру подачи движений, ответственность и трудолюбие , нравственность, культуру внешнего вида и работы в коллективе.

**Учащиеся должны уметь:**

В результате освоения программы предполагается освоение азов ритмики, азбуки классического танца, (правильная постановка корпуса, ног, рук, головы) изучение танцевальных элементов и комбинаций, исполнение детских эстрадных, народных и современных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации. Так же предполагается развитие координации и внимания, физических способностей учащихся (таких как растяжка мышц, укрепление всего мышечного корсета).

**Учащиеся должны уметь применять на практике:**

Импровизировать под музыку различного характера в соответствии с ним. Грамотно идентифицировать и различать различные направления хореографического искусства. Принимать участие в общешкольных мероприятиях и участвовать в районных и областных конкурсах.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Данная программа содержит три раздела:

**1.Раздел «Ритмика»** включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением. Также целесообразно ввести разучивание и использование аэробики, как тренажа, которая помимо развития и укрепления мышц шеи, рук, плечевого пояса, ног, туловища, стопы, развивает детей ритмически, вносит в занятие массу положительных эмоций, доставляет детям радость и удовлетворение от красивых двигательных упражнений, воспитывает эстетически.

*Основные темы раздела «Ритмика»:*

**1.1 Музыкально-ритмические задания**

- хлопки в ритм музыки
- притопы, удары стопы, перемещения и перестроения
- упражнения с предметами

**1.2 Различные игровые упражнения :**

- Игры на внимание

- Игры на координацию и ориентацию в пространстве

1.3 Разнообразные игры с предметами ( парашют, варежка и т.д)

1.4 Игры для развития воображения, актерского мастерства и импровизации.

- **Раздел «Танцевальная азбука»** содержит элементы классического, народного, эстрадного танца. Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработки координации движений, учат правильно дышать при исполнении упражнений и танцев. Также необходимо в течение первых лет обучения знакомство и тесное взаимодействие детей с партерным экзерсисом, т. е. с гимнастикой на полу. Она способствует укреплению мышц шеи, спины, пресса, тем самым избавляет детей от физического переутомления, улучшает физическую и психическую форму организма, повышает эмоциональность занятия.

*Основные темы раздела «Танцевальная азбука»:*

2.1 Ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

- упражнения для головы
- упражнения для плеч
- упражнения для рук , кистей, пальцев.
- постановка корпуса
- выполнение разученных движений танцевальной азбуки

2.2 Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений :

- равномерный бег с захлестом голени.
- легкие , равномерные, высокие прыжки
- перескоки с ноги на ногу
- простой танцевальный шаг, приставной шаг
- шаги на полупальцах и пятках

2.3 Выполнение разученных элементов танцевальных движений.

2.4 Закрепление танцевальных элементов: полуприседания , повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

2.5 Партерная гимнастика на ковриках

**3.Раздел «Танец»** включает классические, народные, эстрадные современные танцы в обучающем, постановочном и сценическом варианте. Дополнительное включение в программу обширного танцевального материала позволяет повысить интерес детей к занятиям и принимать участие в концертах, конкурсах. Это требует от учащихся ответственного отношения к своей художественной деятельности, умение организовать себя и показать на профессиональном уровне полученные хореографические знания, умения, навыки, раскрыть себя на сцене как творческую личность.

*Основные темы раздела «Танец» :*

3.1Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.

3.2 Придумывание музыкальных образов и танцевальных этюдов.

3.3 Отгадывание музыкальных загадок.

3.4Развитие актерских способностей.

3.5Разучивание базовых элементов классического танца

3.6 Разучивание базовых элементов народного танца

3.7 Разучивание базовых элементов современного танца.

3.8 Разучивание танцевальных комбинаций и формирование эстрадных номеров на их основе .

Учебный (тематический) план

| №<br>п/п | Наименование<br>раздела, темы  | Количество часов |        |          | Формы аттестации<br>(контроля) |
|----------|--|------------------|--------|----------|--------------------------------|
|          |  | Всего            | теория | практика |                                |
| 1        | -----<br>Инструкция по ТБ.<br>Знакомство с предметом<br>«Ритмика» и базовыми<br>упражнениями<br>Игроритмика. Игры с<br>использованием реквизита<br>и спорт инвентаря | 1                | 0.5    | 0.5      |                                |

|    |   |   |     |     |  |
|----|---|---|-----|-----|--|
| 2  | <b>Основные танцевальные правила. Разучивание поклона</b>   | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 3  | <b>Перестроение по парам, тройкам, четверкам</b>  | 1 | 1   | 1   |  |
| 4  | <b>Разучивание базовых танцевальных элементов : голоп, подскоки, хлопки и т.д</b>                                       | 2 | 0.5 | 1.5 |  |
| 5  | <b>Урок-игра ( игра «Варежка» ,«Ищи», «Карусели», «Вышли мыши» и т.д )</b>  | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 6  | <b>Фигуры в танце : Круг, квадрат, линия, змейка и т.д</b>  | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 7  | <b>Упражнения на выработку чувства ритма и темпа ( «Лошадка», «Дождик» , «Сороконожка» упражнение с ложками и т.д )</b> | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 8  | <b>Знакомство с основными классическими позициями рук в игровом действии.</b>   | 1 | 0   | 1   |  |
| 9  | <b>Подход к базовым элементам акробатики ( «мостик», «березка», «лодочка» кувырки и т.д</b>                             | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 10 | <b>Прыжковые комбинации и прыжки</b>  | 1 | 0   | 1   |  |

|    |  |   |     |     |  |
|----|--|---|-----|-----|--|
| 11 | Музыкальные подвижные игры и игротитмика   | 1 | 0   | 1   |  |
| 12 | Знакомство с простейшими элементами народного танца («Елочка», «Ковырялочка», «Гармошка», «Веревочка»)   | 1 | 0   | 1   |  |
| 13 | Постановка и разучивание танца «У меня, у тебя». Работа над синхронностью и техникой исполнения движений | 1 | 0   | 1   |  |
| 14 | Танец –игра . Простейшие танцевальные элементы в форме игры  | 1 | 0   | 1   |  |
| 15 | Стрейчинг всех групп мышц с музыкальным и стихотворным сопровождением                                    | 1 | 0   | 1   |  |
| 16 | Разучивание различных танцевальных композиций ( берлинская полька, эстонский танец «Ойра» и мн.др)       | 2 | 0.5 | 1.5 |  |
| 17 | Упражнения для расслабления и растяжки мышц  | 1 | 0,5 | 0.5 |  |
| 18 | Работа над техникой исполнения движений в танце и игре   | 2 | 0   | 2   |  |
| 19 | Знакомство с основными классическими позициями ног в игровом действии.                                   | 1 | 0   | 1   |  |



|    |   |   |     |     |  |
|----|---|---|-----|-----|--|
| 20 | <b>Танцевальная и ритмическая схема.</b>  | 1 | 0   | 1   |  |
| 21 | <b>Игры и упражнения для координации движений</b>   | 1 | 0   | 1   |  |
| 22 | <b>Разучивание отдельных танцевальных элементов и соединение их в связанные комбинации.</b>   | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 23 | <b>Упражнения для осанки и профилактики плоскостопия</b>  | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 24 | <b>Пантомимические этюды. Упражнения для развития артистизма и актерского таланта.</b>  | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 25 | <b>Знакомство с различными видами ходьбы ( ходьба на мысочках, полупальцах, на пятках, спиной вперед, гуськом и с поворотами вокруг себя)</b> | 1 | 0.5 | 0.5 |  |
| 26 | <b>Постановка и разучивание танца «Паучек».Работа над синхронностью и техникой исполнения движений</b>  | 1 | 0   | 1   |  |
| 27 | <b>Изучение различных видов прыжков ( со скакалкой, в колону по одному.)</b>  | 1 | 0   | 1   |  |
| 28 | <b>Итоговое занятие<br/>Промежуточная аттестация</b>  | 2 | 0   | 2   |  |

**Итого: 33 час.**