

# 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности хореографического коллектива «РАДУГА»

## Ожидаемые результаты и способы их проверки:

К концу 1-го года обучения

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы должны стать:

- активное участие в общении и взаимодействии со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных, в том числе нестандартных ситуациях и условиях;
- дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении как индивидуальных, так и коллективных поставленных целей;
- взаимопомощь, взаимоподдержка, умение взаимодействовать в реализации общих дел и интересов

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы должны стать следующие:

- умение оценивать поступки давать им оценку на основе знаний и полученного опыта;
- находить ошибки при выполнении заданий, находить способы их исправления;
- видеть красоту танцевальных движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения, осанки, сравнивать их с эталонными образцами.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются:

- знание простейших хореографических движений: боковой шаг, шаг с притопом, подскоки, галоп, ковырялочка;
- правила постановки ног (третью, шестую) и рук классического танца;
- положение ног – «условное», «обхватное»;
- знания о различиях между круговым и прямым движениями;
- правильные движения в такт музыке, при сохранении красивой осанки;
- приобретение навыка легкого шага с носка на пятку;
- умение начать движение и закончить его с концом музыкального предложения;
- умение передать в шаге характер марша;
- изображение в танцевальном шаге повадок зверей;
- исполнение несложных танцевальных элементов

Формы и методы контроля промежуточных и конечных результатов: наблюдение педагога в ходе занятий, подготовки, проведения учащимися школьных и городских мероприятий и участия в них, тестирование детей, анализ результатов конкурсов, анкет, викторины, выполнение творческих заданий.

Формы подведения итогов: по итогам первого года обучения учащиеся представляют: открытое занятие с демонстрацией двух танцев: национального историко-бытового танца, весёлой польки, построенной на подскоках, и па польке.

К концу 2-го года обучения.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы должны стать:

- активное участие в общении и взаимодействии со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных, в том числе нестандартных ситуациях и условиях;
- дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении как индивидуальных, так и коллективных поставленных целей;
- взаимопомощь, взаимоподдержка, умение взаимодействовать в реализации общих дел и интересов

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы должны стать следующие:

- умение работать индивидуально, в группе, коллективно;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом собственной безопасности и сохранности инвентаря и имущества;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, иметь выдержку и рассудительность;
- приобретение опыта общения с представителями различных социальных групп, других поколений;
- самоорганизация и организация совместной деятельности с другими людьми

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются:

- знать правильное положение ног (первую, вторую, третью, пятую, шестую позиции) классического танца; положение «стоя боком к станку», держась одной рукой;
- знать правила постановки рук, группировки пальцев в классическом танце; характерные движения рук в восточных танцах;
- знать особенности маршевой музыки, вальсов, медленных хороводных и быстрых плясовых ритмов, русских танцев
- уметь закрыть руку, заканчивая движение;
- исполнять препазсьон;
- правильно исполнять присядочные движения в русском танце;
- акцентировать шаг на первую долю такта в марше и в  $\frac{3}{4}$  м размере;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении;
- принимать выворотное положение ног «пятка против пятки» в батман тандю с 1-ой позиции, положение «носок против пятки» в движениях с 5-ой позиции;
- самостоятельно создавать несложный репертуар из веселых и задорных танцев, построенных на подскоках, шагах и изобразительных движениях.

Формы и методы контроля промежуточных и конечных результатов: наблюдение педагога в ходе занятий, подготовки, проведения учащимися школьных и городских мероприятий и участия в них, тестирование детей, анализ результатов конкурсов, анкет, викторины, выполнение творческих заданий.

Формы подведения итогов: по итогам второго года обучения учащиеся представляют: мини-концерт с демонстрацией трёх новых и двух освоенных на первом году обучения танцев: классического, народно-сценического, сюжетного, национального, историко-бытового танца, весёлой польки, построенной на подскоках, и па польке.

К концу 3-го года обучения.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы должны стать:

- активное участие в общении и взаимодействии со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных, в том числе нестандартных ситуациях и условиях;
- дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении как индивидуальных, так и коллективных поставленных целей;
- взаимопомощь, взаимоподдержка, умение взаимодействовать в реализации общих дел и интересов

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы должны стать следующие:

- умение самостоятельно организовать свой досуг в зависимости от склонностей и интересов;
- умение самостоятельно организовать праздник и поздравление для других людей;
- приобретение опыта публичных выступлений;

- приобретение опыта управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются:

- знания об особенностях медленных хороводных и быстрых плясовых ритмов, русских и других народных танцев;
- знание правил исполнения движений народно-сценического танца;
- знание о подготовительном движении рук; положении стопы, колена, бедра – открытое, закрытое;
- понимание динамических оттенков музыки – крещендо, диминуэндо, пиано, форте;
- понимание элементов и основ современного танца; правильного открытия и закрытия руки на талии;
- исполнение простейшей дроби русского танца, сочетающего ударные и безударные движения (синкопы);
- умение танцевать простейший русский, украинский танец;
- исполнение русского танца на следующих движениях: переменный ход, «верёвочка», притопы, «ключ» простой, дробный, припадание;
- исполнение украинского танца на следующих движениях: «бигунец», «верёвочка», «дорожка проста», «дорожка плетена», «тынок»;
- исполнение простейшего современного танца;
- создание собственного репертуара, построенного на характерных шагах и элементах народного танца.

Формы и методы контроля промежуточных и конечных результатов: наблюдение педагога в ходе занятий, подготовки, проведения учащимися школьных и городских мероприятий и участия в них, тестирование детей, анализ результатов конкурсов, анкет, викторины, выполнение творческих заданий.

Формы подведения итогов: по итогам третьего года обучения учащиеся представляют отчётный концерт перед педагогами, родителями, учащимися с демонстрацией трёх новых танцев (народный, историко-бытовой, современный) и освоенных на первом и втором году обучения танцев.

Программой предусмотрены следующие формы занятий:

- групповые,
- подгрупповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей,
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами,
- систематичность и регулярность занятий,
- целенаправленность учебного процесса.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в танцевальном коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

**Формы и методы работы с детьми:**

Программа построена по годам обучения, в течение которых учащимся следует усвоить определённый минимум умений, знаний, навыков, сведений по хореографии. Содержание программы на каждом этапе обучения представлено в виде взаимосвязанных тематических разделов, позволяющих формировать в единстве содержательные, операционные и мотивационные компоненты учебной деятельности: азбука

музыкального движения, элементы классического танца, элементы народно-сценического танца, элементы историко-бытового танца, ритмика. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над хореографическими постановками.

Формы проведения занятий: беседы, практические занятия, танцевальные импровизации, самостоятельная работа по созданию танцев, посещение концертов, просмотр теле-видео-передач, участие в конкурсах, фестивалях.

## **2.Содержание курса внеурочной деятельности**

### **I год обучения.**

#### **АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ. 8 часов**

Теория. Мелодия и движение. Темп (медленно, быстро, умеренно). Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево.

Практика. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте, поочередно с хлопками, шаг на полупальцах, бег на полупальцах, подскоки. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения по углам, повороты стопы. Повороты головы, наклоны головы. Основные положения ног: свободная и бпозиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах. Растяжки на полу. Упражнения для гибкости спины.

#### **ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА. 4 часа**

Теория. Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопного, коленного суставов. Позиции и положение рук и ног.

Практика. Упражнения у станка, постановка корпуса (лицом к станку). Позиции ног – первая, вторая, шестая. Позиции рук – подготовительная, первая, третья.

Деми плие – складывание, сгибание, приседание, развивает эластичность силу ног, изучается лицом к станку по третьей и шестой позициям.

Батман тандю – движения, выражающие натянутость всей ноги.

#### **ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА. 4 часа**

Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в групповом танце, рисунки хороводов.

Практика. Русский танец. Позиция рук – первая, третья – на талии. Шаги танцевальные: с носка, простой шаг вперед. Притоп- удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп. Выведение ноги на каблук из свободной первой позиции.

#### **РИТМИКА. 15 часов**

Теория. Сюжеты и темы музыкальных игр и упражнений. Положения рук, ног в движениях. Положения головы, корпуса.

Практика. Игра «Музыкальные загадки», упражнение «Веселая стирка», «Пальма», «Лягушка», «Мышка», игра «Проворные мотальщики», «Догоняющая рука»,упражнение «Цапля» (на равновесие), «Парашюты», игры «Кусты, деревья, дома», Тропинка, горка, копна или снежный ком» (на внимание), упражнение «Мячик»(прыжки), «Карандашик». (все разработки в приложении).

#### **ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ. 2 часа**

Раздел «Историко-бытовой танец» состоит из элементов исторических танцев. Способствует развитию танцевальности, чувству позы, знакомит со стилем и манерами.

Текория. Особенности старинного танца 18века – гавота. Поклоны, шаги, позы.

Практика. Поклоны и реверанс 18 века (показ учителя). Простейшая композиция гавота (падеграс). Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы – для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-ой позиции.

#### ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ. 8 часов

Раздел «Танцевальная импровизация». В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Практика. «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками), «Заводные игрушки», «Снежинки», «Весеннее настроение», «Листиопад».

#### ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА. 2 часа

Раздел «Организационная работа» - на каждом году обучения строится с учетом целей и задач, содержание и формы работы в коллективе, какие особенности танцевального коллектива, правила и поведения.

#### БЕСЕДЫ ОБ ИСКУССТВЕ. 1 час

Раздел «Беседа об искусстве» - в этом разделе дети узнают о некоторых балетах, с показом иллюстраций, о профессиональных ансамблях народного танца, о танцах народов мира. Слушается музыка.

#### ПРОСЛУШИВАНИЕ МУЗЫКИ. ПОСЕЩЕНИЕ КОНЦЕРТОВ. 2 часа

Раздел «Прослушивание музыки, посещение концертов» - дети посещают мероприятия познавательного характера, затем после просмотров проходят обсуждения, дети учатся говорить, слушать, а в дальнейшем внимательно просматривать, будь то концерт или спектакль.

#### УЧАСТИЕ В МЕРОПРИЯТИЯХ. 3 часа

Раздел «Участие в мероприятиях» - в этом разделе показано как активно дети принимают участие в тех или иных мероприятиях. Они участвуют во всех школьных мероприятиях, представления, конкурсах и т.д. Помощь при разучивании танцев, самостоятельная работа по созданию танцев.

#### ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА. 10 часов.

Раздел включает знакомство с музыкальным материалом постановки, изучение танцевальных движений, соединение движений в танцевальные композиции, разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

#### РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА. 9 часов

Раздел включает отработку танцевальных элементов, синхронность в исполнении, работа над техникой танца, над музыкальностью, отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Выразительность и эмоциональность исполнения.

#### ФОРМЫ РАБОТЫ.

Групповая, подгрупповая, индивидуальная.

### **II год обучения.**

#### АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ. 10 часов

Теория. Включается весь материал, указанный в программе первого года обучения. Дополнительно: такт, затакт.

Практика. Изучается и исполняется весь материал, указанный для первого года обучения, затем новый. Изучается фигурная маршировка. Танцевальные шаги с носка на пятку, образные шаги.

#### ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА. 6 часов

Теория. Повторяются упражнения первого года обучения. Подготовительное движение руки. Позиции и положение рук и ног.

Практика. Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – первая, вторая, третья, шестая. Деми плие лицом к станку в первой, второй и шестой позициях. Батман тандю с первой позиции в сторону, вперед, позднее назад.

Деми рон де жамб пар тер – круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава, изучается по точкам.

Батман тандю пике – натянутые движения ноги, колющий бросок.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в первой позиции. Размер  $\frac{3}{4}$ , характер медленный, спокойный.

Прыжки: танлеве соте.

#### ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА. 4 часов

Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Характерные положения рук в сольном танце, рисунки хороводов. Упражнения у станка и на середине зала – подготовках более четкому исполнению народных движений.

Практика. Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию). Порлуприседание и полное приседание по 1, 2 позициям, плавные и резкие приседания. Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок. Переступания на полупальцах. «Ковырялочка» - разучивается у станка заново. «Шаги танцевальные: с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Припадание с продвижением в сторону: шаг, приставить ногу, плие и т.д. Элементы белорусского танца. Притопы в полуприседании, перескоки на всю ступню с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по шестой позиции. Два галопа.

#### РИТМИКА. 10 часа

Теория. Сюжеты и темы музыкальных игр. Положение рук, ног в движениях. Положение головы.

Практика. Повторяются игры и упражнения первого года обучения. Новый материал: игра «Музыкальные загадки», «Олень», «Пирожки», «Третий лишний», «Клубок», (все разработки в приложении).

#### ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ. 2 часа

Раздел «Историко-бытовой танец» состоит из элементов исторических танцев. Способствует развитию танцевальности, чувству позы, знакомит со стилем и манерами.

Теория. Особенности танцев 19 века – полонеза. Музыка, стиль, манеры.

Практика. Композиция из пройденных элементов историко-бытового танца. Положение рук, корпуса и головы.

#### ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ. 5 часов

Раздел «Танцевальная импровизация». В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Практика. «Под дождем» - с использованием элементов па польки, прыжков. «Буратино» - для выработки крепости рук и ног. Повторение заданий первого года обучения.

#### ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА. 2 часа

Раздел «Организационная работа» - на каждом году обучения строится с учетом целей и задач, содержание и формы работы в коллективе, какие особенности танцевального коллектива, правила и поведения.

#### БЕСЕДЫ ОБ ИСКУССТВЕ. 1 ЧАС

Раздел «Беседа об искусстве» - в этом разделе дети узнают о некоторых балетах, с показом иллюстраций, о профессиональных ансамблях народного танца, о танцах народов мира. Слушается музыка.

#### ПРОСЛУШИВАНИЕ МУЗЫКИ. ПОСЕЩЕНИЕ КОНЦЕРТОВ. 3 часа

Раздел «Прослушивание музыки, посещение концертов» - дети посещают мероприятия познавательного характера, затем после просмотров проходят обсуждения, дети учатся говорить, слушать, а в дальнейшем внимательно просматривать, будь то концерт или спектакль.

#### УЧАСТИЕ В МЕРОПРИЯТИЯХ. 6 часов

Раздел «Участие в мероприятиях» - в этом разделе показано как активно дети принимают участие в тех или иных мероприятиях. Они участвуют во всех школьных мероприятиях, представления, конкурсах и т.д. Помощь при разучивании танцев, самостоятельная работа по созданию танцев.

#### ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА. 9 часов

Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем в обычном темпе.

#### РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА. 10 часов

Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость).

### **III год обучения.**

#### АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ. 2 часа

Теория. Включается весь материал, указанный в программе второго года обучения. Дополнительно: чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марш (спортивный, военный), вальсы (медленные).

Практика. Изучается и исполняется весь материал, указанный для второго года обучения, затем новый.

Оформление урока классической, современной народной музыки с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, польки, вальсы в медленном темпе.

#### ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА. 9 часов

Теория. Повторяются упражнения второго года обучения. Прыжки с двух ног на две.

Практика. Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног: первая, вторая, третья, пятая, шестая.

Деми плие в первой, второй, третьей, шестой, позднее пятая позиция лицом к станку.

Батман тандю с первой позиции в сторону, вперед, позднее назад с пятой позиции.

Батман тандю с Деми плие с третьей позиции, позднее с пятой.

Деми рон де жамб пар тэр – лицом к станку.

Ревеле лян на 30 градусов, медленное поднимание ноги, развивает силу, легкость ног в танцевальном шаге, изучается лицом к станку.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в первой позиции.

Прыжки с пятой позиции во вторую лицом к станку (па эшаппэ), по первой, второй, пятой – танлеве соте.

Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасе (с ногой на полу).

#### ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА. 7 часов

Теория. Упражнения у станка и на середине зала – подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядки для мальчиков). Точные положения и движения рук в восточном, цыганском танцах, их характер. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов. Музыкальные характеристики танцев.

Практика. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через первую позицию во вторую и закрываются на талию). Полуприседания и полное приседание по первой, второй, третьей и шестой позициям.

Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, в сторону, назад лицом к станку). Переступания на полупальцах в разных ритмических сочетаниях.

«Ковырялочка» разучивается у станка без подскоков. «Молоточки» удар полупальцами в пол без подскоков. «Моталочка» - выброс ноги из стороны в сторону, вперед-назад.

Упражнения на середине. Повторение и закрепление элементов разучиваемых танцев. Положение рук, ног. Положение рук в групповых: звездочка, круг, корзиночка.

Дробь простая (двойное выстукивание ногами поочередно).

Дробь с подскоком – подскок на одной ноге с последующим ударом каблуком и всей стопой другой ноги, на месте.

«Веревочка» - простая и с выносом ноги.

#### РИТМИКА. 8 часов

Теория. Сюжеты и темы музыкальных игр, положение ног в разучиваемых упражнениях. Положение головы.

Практика. Повторение игр, упражнений танцев первого, второго года обучения, а позднее разучиваются новые. Игра «То что делали не скажем, а что делали покажем», «Карусели», «Буратино», танцы «Коломийка», «Татарочка», «Коробейники», «Пингвины» (все разработки в приложении).

#### ЭЛЕМЕНТЫ ИСТОРИКО-БЫТОВОГО ТАНЦА. 4 часа

Теория. Особенности танцев 19 века – менуэта. Музыка, стиль, манеры, костюмы. Прически.

Практика. Композиции элементов историко-бытовых танцев. Положение рук, корпуса и головы. Дополнительно: па баланс, па польки.

#### ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ. 5 часов

Раздел «Танцевальная импровизация». В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.



Практика. «Оловянный солдатик» - марш, перестроения. «Лебеди» - для выработки пластичности и выразительности рук. Повторение заданий первого и второго года обучения.

#### ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА. 2 часа

Раздел «Организационная работа» - на каждом году обучения строится с учетом целей и задач, содержание и формы работы в коллективе, какие особенности танцевального коллектива, правила и поведения.

#### БЕСЕДЫ ОБ ИСКУССТВЕ. 1 час

Раздел «Беседа об искусстве» - в этом разделе дети узнают о некоторых балетах, с показом иллюстраций, о профессиональных ансамблях народного танца, о танцах народов мира. Слушается музыка.

#### ПРОСЛУШИВАНИЕ МУЗЫКИ. ПОСЕЩЕНИЕ КОНЦЕРТОВ. 2 часа

Раздел «Прослушивание музыки, посещение концертов» - дети посещают мероприятия познавательного характера, затем после просмотров проходят обсуждения, дети учатся говорить, слушать, а в дальнейшем внимательно просматривать, будь то концерт или спектакль.

#### УЧАСТИЕ В МЕРОПРИЯТИЯХ. 7 часов

Раздел «Участие в мероприятиях» - в этом разделе показано как активно дети принимают участие в тех или иных мероприятиях. Они участвуют во всех школьных мероприятиях, представления, конкурсах и т.д. Помощь при разучивании танцев, самостоятельная работа по созданию танцев.

#### ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА. 10 часов

Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем в обычном темпе.

#### РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА. 11 часов

Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Соединение и отработка танцевальных элементов.

### 3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

#### 1 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
<b>1.Азбука музыкального движения</b>		<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
1.1.	Мелодия и движение. Темп (медленно, быстро, умеренно).	1	1	-
1.2.	Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая – грустная.	1	1	-
1.3.	Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево.	1	1	-
1.4.	Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте, поочередно с хлопками, шаг на полупальцах, бег на полупальцах, подскоки.	1	-	1
1.5.	Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения по углам,	1	-	1

	повороты стопы.			
1.6.	Повороты головы, наклоны головы. Основные положения ног: свободная и бпозиция.	1	-	1
1.7.	Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах.	1	-	1
1.8.	Растяжки на полу. Упражнения для гибкости спины.	1	-	1
<b>2. Элементы классического танца.</b>		<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
2.1.	Специфика танцевального шага и бега. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопного, коленного суставов. Позииии и положение рук и ног.	1	1	-
2.2.	Упражнения у станка, постановка корпуса (лицом к станку). Позииии ног – первая, вторая, шестая. Позииии рук – подготовительная, первая, третья.	1	-	1
2.3.	Деми плие – складывание, сгибание, приседание.	1	-	1
2.4.	Батман тандю – движения, выражающие натянутость всей ноги.	1	-	1
<b>3. Элементы народно-сценического танца</b>		<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
3.1.	Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в групповом танце, рисунки хороводов.	1	1	-
3.2.	Русский танец. Позииия рук – первая, третья – на талии.	1	-	1
3.3.	Шаги танцевальные: с носка, простой шаг вперед. Притоп - удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп.	1	-	1
3.4.	Выведение ноги на каблук из свободной первой позиции.	1	-	1
<b>4.Ритмика</b>		<b>15</b>	<b>3</b>	<b>12</b>
4.1.	Сюжеты и темы музыкальных игр и упражнений.	1	1	-
4.2.	Положения рук, ног в движениях.	1	1	-
4.3.	Положения головы, корпуса.	1	1	-
4.4.	Игра «Музыкальные загадки»	1	-	1
4.5.	Упражнения «Веселая стирка», «Пальма»	1	-	1
4.6.	Упражнения «Лягушка», «Мышка»	1	-	1
4.7.	Игра «Проворные мотальщики»	1	-	1
4.8.	Игра «Догоняющая рука»	1	-	1
4.9.	Упражнения на равновесие «Цапля»	1	-	1
4.10.	Упражнения на равновесие «Параютюты»	1	-	1
4.11.	Игры на внимание «Кусты, деревья, дома»	1	-	1
4.12.	Игры на внимание «Тропинка, горка, копна или снежный ком»	1	-	1
4.13.	Упражнение на развитие прыгучести «Мячик»	1	-	1
4.14.	Упражнение «Карандашик»	1	-	1
4.15.	Итоговое занятие по ритмике	1	-	1

<b>5. Историко-бытовой танец</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
5.1.	Особенности старинного танца 18века – гавота. Поклоны, шаги, позы.	1	1	-
5.2.	Поклоны и реверанс 18 века (показ учителя). Простейшая композиция гавота (падеграс). Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы – для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-ой позиции.	1	-	1
<b>6. Танцевальная импровизация</b>		<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
6.1.	Упражнения, включающие движения подражательного характера.	1	1	-
6.2.	Упражнения, включающие движения, раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни.	1	1	-
6.3.	Свободные формы движения для передачи собственного эмоционального восприятия музыкального образа.	1	1	-
6.4.	Ход на полупальцах, махи руками.	1	-	1
6.5.	Упражнение «На птичьем дворе»	1	-	1
6.6.	Упражнения «Заводные игрушки», «Снежинки»	1	-	1
6.7.	Упражнения «Весеннее настроение», «Листопад».	1	-	1
<b>7. Организационная работа.</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>8. Беседы об искусстве</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>9. Прослушивание музыки и посещение концертов</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>10. Участие в мероприятиях</b>		<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
<b>11. Постановочная работа</b>		<b>10</b>	<b>3</b>	<b>7</b>
10.1.	Знакомство с музыкальным материалом постановки.	1	1	-
10.2.	Изучение танцевальных движений	3	1	2
10.3.	Соединение движений в танцевальные композиции	3	1	2
10.4.	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках	1	-	1
10.5.	Разводка танцевальных комбинаций в переходах	1	-	1
10.6.	Разводка танцевальных комбинаций в образах	1	-	1
<b>12. Репетиционная работа</b>		<b>9</b>	<b>-</b>	<b>9</b>
11.1.	Отработка танцевальных элементов, синхронность в исполнении	2	-	2
11.2.	Отработка танцевальных элементов, работа над техникой танца	1	-	1
11.3.	Отработка танцевальных элементов, работа над музыкальностью	1	-	1
11.4.	Отработка танцевальных элементов, отработка четкости и чистоты рисунков,	2	-	2
11.5.	Отработку танцевальных элементов, отработка построений и перестроений	1	-	1
11.6.	Отработка выразительности и эмоциональности исполнения.	1	-	1
<b>Итого</b>		<b>68</b>	<b>19</b>	<b>49</b>

## 2 год обучения

№ п\п	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
<b>1.Азбука музыкального движения</b>		<b>10</b>	<b>3</b>	<b>7</b>
1.1.	Мелодия и движение. Темп (медленно, быстро, умеренно).	1	1	-
1.2.	Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая – грустная.	1	1	-
1.3.	Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево.	1	-	1
	Такт, затакт.	1	1	-
1.4.	Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте, поочередно с хлопками, шаг на полупальцах, бег на полупальцах, подскоки.	1	-	1
1.5.	Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения по углам, повороты стопы.	1	-	1
1.6.	Повороты головы, наклоны головы. Основные положения ног: свободная и бпозиция.	1	-	1
1.7.	Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах.	1	-	1
1.8.	Растяжки на полу. Упражнения для гибкости спины.	2	-	2
<b>2. Элементы классического танца.</b>		<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
2.1.	Специфика танцевального шага и бега. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопного, коленного суставов. Позиции и положение рук и ног.	1	1	-
2.2.	Упражнения у станка, постановка корпуса (лицом к станку). Позиции ног – первая, вторая, шестая. Позиции рук – подготовительная, первая, третья.	1	-	1
2.3.	Деми плие – складывание, сгибание, приседание	1	-	1
2.4.	Батман тандю – движения, выражающие натянутость всей ноги. Батман тандю пике – колющий бросок.	1	-	1
2.5.	Деми рон де жамб пар тер. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в первой позиции.	1	-	1
2.6.	Прыжки: танлеве соте.	1	-	1
<b>3. Элементы народно-сценического танца</b>		<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
3.1.	Порлуприседание и полное приседание по 1, 2 позициям, плавные и резкие приседания.	1	1	-
3.2.	Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок. Переступания на полупальцах. «Ковырялочка»	1	-	1

3.3.	«Шаги танцевальные: с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Припадание с продвижением в сторону: шаг, приставить ногу, плие и т.д.	1	-	1
3.4.	Элементы белорусского танца. Притопы в полуприседании, перескоки на всю ступню с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по шестой позиции. Два галопа.	1	-	1
<b>4. Ритмика</b>		<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>
4.1.	Положение головы. Положения рук, ног в движениях. корпуса.	1	1	-
4.2.	Игра «Музыкальные загадки»	1	-	1
4.3.	Упражнения «Веселая стирка», «Пальма», «Лягушка», «Мышка»	1	-	1
4.4.	Игра «Проворные мотальщики», «Догоняющая рука»	1	-	1
4.5.	Упражнения на равновесие «Цапля», «Паращюты»	1	-	1
4.6.	Игры на внимание «Кусты, деревья, дома» «Тропинка, горка, копна или снежный ком»	1	-	1
4.7.	Упражнение на развитие прыгучести «Мячик»	1	-	1
4.8.	Упражнение «Карандашик»	1	-	1
4.9.	Игра «Олень», «Пирожки»	1	-	1
4.10.	Игра «Третий лишний», «Клубок»	1	-	1
<b>5. Историко-бытовой танец</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
5.1.	Особенности старинного танца 19века – гавота. Музыка, стиль, манеры.	1	1	-
5.2.	Композиция из элементов историко-бытового танца.	1	-	1
<b>6. Танцевальная импровизация</b>		<b>5</b>	<b>0</b>	<b>5</b>
6.1.	Упражнения, включающие движения подражательного характера, раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни	1	-	1
6.2.	Ход на полупальцах, махи руками. Упражнение «На птичьем дворе»	1	-	1
6.3.	Упражнения «Заводные игрушки», «Снежинки»	1	-	1
6.4.	Упражнения «Весеннее настроение», «Листиопад».	1	-	1
6.5.	Упражнения «Под дождем», «Буратино» -	1	-	1
<b>7. Организационная работа.</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>8. Беседы об искусстве</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>9. Прослушивание музыки и посещение концертов</b>		<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>10. Участие в мероприятиях</b>		<b>6</b>	<b>-</b>	<b>6</b>
<b>11. Постановочная работа</b>		<b>9</b>	<b>1</b>	<b>8</b>
10.1.	Знакомство с музыкальным материалом постановки.	1	1	-
10.2.	Изучение танцевальных движений	2	-	2
10.3.	Соединение движений в танцевальные композиции	2	-	2
10.4.	Демонстрация движения, его музыкальная	1	-	1

	раскладка, особенности исполнения.			
10.5.	Изучение сложных элементов.	2	-	2
10.6.	Исполнение в медленном, а затем в обычном темпе.	1	-	1
<b>12. Репетиционная работа</b>		<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>
11.1.	Отработка танцевальных элементов, синхронность в исполнении. Теми, ритм, повторяемость.	2	-	2
11.2.	Отработка танцевальных элементов, работа над техникой танца	2	-	2
11.3.	Отработка танцевальных элементов, работа над музыкальностью	1	-	1
11.4.	Отработка танцевальных элементов, отработка четкости и чистоты рисунков,	2	-	2
11.5.	Отработку танцевальных элементов, отработка построений и перестроений	2	-	2
11.6.	Отработка выразительности и эмоциональности исполнения.	1	-	1
<b>Итого</b>		<b>68</b>	<b>12</b>	<b>56</b>