

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» ГОРОДА ОБНИНСКА  
249038, Калужская область, г. Обнинск, ул. Гурьянова, 15, тел. (484)39-6-48-57  
сайт <http://www.40204s007.edusite.ru>; e-mail: [obninsk-school7@yandex.ru](mailto:obninsk-school7@yandex.ru)

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

  
/М.С.Алдошина/

« 09 » 08 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «СОШ №7»

  
/Т.А.Бурмистрова/

Приказ от \_\_\_\_\_ » 08.2023 г.

№ \_\_\_\_\_



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

### «Хореография»

Срок реализации: 1 год

Возраст детей: 16-17 лет

Педагог дополнительного образования:  
Мищенко София Викторовна

г. Обнинск  
2023г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место.

Через танцы происходит формирование и закрепление интереса к танцевальному искусству, развиваются хореографические и творческие способности, совершенствуются физические данные детей.

Занятия танцем учат также понимать и создавать прекрасное. Развивают образное мышление и фантазию, дают гармоническое и пластическое развитие. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография» (ансамбль «Калейдоскоп») предназначена для работы с учащимися среднего и старшего возраста общеобразовательной школы (11 класс). Содержание материала программы дано по годам обучения. На каждый год предполагается усвоение обучающимися определенного минимума знаний, умений и навыков. Программа «Хореография» разработана применительно к целям обучения хореографии в школе, где состав учеников разнороден по способностям и уровню подготовки. В работе обязательно учитываются возрастные особенности детей. Однако, педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

### **Цель программы:**

Развитие творческой личности ребёнка средствами танцевального искусства.

### **Задачи программы:**

#### 1. Образовательные:



формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;



обучение детей приёмам актёрского мастерства; способствование становлению чувства ритма, темпа, исполнительских навыков в танце;



развитие силы, выносливости, гибкости, координации движений;



укрепление здоровья;



формировать потребность радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

#### 2. Развивающие:



обогащение художественного воображения и ассоциативной памяти;



обучение детей приёмам самоконтроля и взаимоконтроля.

#### 3.

#### Воспитательные:



поддержание потребности к музыкально-танцевальной двигательной деятельности;



вырабатывать навыки сольного и ансамблевого исполнения;



формирование общей культуры личности ребёнка, способной адаптироваться в современном обществе.

## **Организация образовательного процесса**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности:

Музыкально – ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности

Программа «Хореография» (ансамбль «Калейдоскоп») ориентирована на формирование гармонически развитой личности. К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- **личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

- **метапредметные результаты** обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

- **предметные результаты** выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

## **Содержание программы**

Материал программы включает несколько разделов:

- Ритмика.
- Танцевальная азбука.
- Партерная гимнастика.
- Танец.
- Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получать дети в процессе обучения. Знания по музыкальной грамоте, выразительному языку танцев, знание о характерных чертах и истории танцевальных культур различных эпохи народов, знания по танцевальному этикету.

В практическую часть входит перечень умений и навыков, упражнений, движений и танцев.

**Раздел «Ритмика»** включает: ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

**Раздел «Танцевальная азбука»** включает: изучение основных позиций и движений классического, народного и бального танца. Эти упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, воспитывают осанку, помогают усвоить основные правила хореографии.

**Раздел «Партерная гимнастика»** даёт возможность сохранить и улучшить здоровье ребёнка; устранить и предупредить физические недостатки – сутулость, косолапость, плоскостопие, искривление позвоночника ;развить правильную осанку, гибкость и силу тела, выносливость.

**Раздел «Танец»** включает: изучение танцевальных движений, которые складываются в рабочие комбинации; разучивание народных плясок, историко-бытовых, современных, бальных и массовых танцев; разыгрываются этюды с воображаемыми предметами и этюды на развитие актёрского мастерства.

**Раздел «Творческая деятельность»** включает в себя проведение музыкально танцевальных игр, а также самостоятельную работу учащихся.

Система упражнений, выстроенная от простого к сложному, с учётом основных педагогических принципов (систематичность, постепенность, последовательность) при условии многократного повторения заданий помогает успешному выполнению и усвоению требований программы.

#### **Формы представления результатов:**

- проведение открытых уроков для родителей;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итоговых занятий;
- участие в конкурсах.

#### **Формы занятий:**

- занятие;
- занятие-путешествие;
- занятие-игра;
- итоговое занятие

Основные виды деятельности: разучивание элементов танца, репетиции, слушание, изготовление реквизита

#### **Список полезных интернет ресурсов:**

- 1.[http://smr-school128.myl.ru/FGOS/khoreografija\\_tem\\_plan.doc](http://smr-school128.myl.ru/FGOS/khoreografija_tem_plan.doc)
2. <http://www.horeograf.com/>
3. <https://www.muzofon-online.com>
4. <https://www.youtube.com/>

| Календарно – тематический план |                            |            |  |   |                             |      |
|--------------------------------|----------------------------|------------|--|---|-----------------------------|------|
| №                              | Тема занятия               | Кол-во час | Формы организации и виды деятельности  |   | Дата проведения<br>11 класс |      |
|                                |                            |            | Теоретическая часть занятия  | Практическая часть занятия  | план                        | факт |
| 1                              | Вводное занятия            | 1          | Организационные моменты, техника безопасности, беседа об искусстве танца.  | Уметь правильно выполнять основные движения. Знать правила ТБ на уроках хореографии.  |                             |      |
| 2                              | Ритмика                    | 4          | Знакомства с понятиями: шеренга, колонна, интервал, дистанция. Построение и передвижение в танцевальном зале. Положение корпуса и головы; поклон; шаг с носка. Позиция ног(1,2,3,4).Определение различных музыкальных темпов. Виды шага(на п\п; на пяточках; шаркающие). Виды бега (бег на п\п; с выбросом ног на 45 вперед, назад; подскоки, галоп). Прыжки на месте, из стороны в сторону, кенгуру, кенгуру с поджатыми ногами).Упражнения на расслабление мышц: улитка, надуть и сдуть шарик, незнайка. Па полька. Присядка мячик. Подготовительные упражнения для выполнения движения: колесо. | Анализировать движения тела, планировать последовательность его выполнения и правильностью под руководством учителя. Оценивать правильность упражнений. |                             |      |
| 3                              | Построения и перестроения. | 2          |  | Рисунок в танце: простые перестроения и сложные   |                             |      |
| 4                              | Слушание музыки            | 2          |  | Музыкально-танцевальные игры. Точки зала  |                             |      |

|    |  |   |  |  |  |  |
|----|--|---|--|--|--|--|
| 5  | Раздел «Танцевальная Азбука»           | 2 | Рассказать и обсудить с детьми, как можно воспринимать танцы в виде азбуки   |  |  |  |
| 6  | Элементы Классического танца           | 4 |  | Элементарные ритмические и пластические упражнения   |  |  |
| 7  | Постановка классического танца         | 8 |  | Уметь танцевать классику в паре. Изучение и постановка хореографических поддержек в классике                           |  |  |
| 8  | Элементы Народно-сценического танца    | 2 |  | Знакомство с народно-сценическим танцем.   |  |  |
| 9  | Элементы современного бального танца.  | 4 | Теория: история и развитие бального танца. Терминология бального танца. Практика: подготовительные и основные движения танцев в ритме вальс, полька. | Уметь: основные шаги и движения медленного вальса, венского вальса, польки. Уметь вести музыкальный счёт.              |  |  |
| 10 | Постановка бального танца              | 8 |  | Уметь танцевать венский вальс в паре. Изучение и постановка хореографических поддержек в вальсе                        |  |  |
| 11 | Элементы современного эстрадного танца | 2 | Теория: история и развитие эстрадного танца. Терминология эстрадного танца   | Уметь.: основные шаги и движения. Уметь вести музыкальный счёт. Практика: подготовительные и основные движения танцев. |  |  |
| 12 | Постановка эстрадного танца            | 6 |  | Уметь танцевать в коллективе Изучение и постановка хореографических поддержек в танце                                  |  |  |
| 13 | Партерная гимнастика                   | 4 | Упражнения для улучшения выворотности ног: лягушка, лягушка на животе. Упражнение: стойка на лопатках.   | Анализировать правильность упражнения, планировать последовательность его выполнения и                                 |  |  |

|    |                          |           |   |  |  |  |
|----|--------------------------|-----------|---|--|--|--|
|    |                          |           | <p>Большие броски в перед в положение лежа на боку. Упражнения: солдатик, бабочка, 2лучика солнца, солнышко, маятник, флажок, морские волны. Упражнения на развитие гибкости коробочка, лодочка, кошка, корзиночка, велосипед. Гимнастическое упражнение: мостик.</p> | <p>правильностью под руководством учителя. Оценивать правильность упражнений.</p>  |  |  |
| 14 | Музыкальные игры.        | 2         | <p>Игры на определение музыкального ритма и длительности нот, на развитие образного мышления, скорость реакции и т.д.</p>   | <p>Уметь слышать такты музыки, окончание куплета, припева. Различать темпы музыки, ритм, настроение.</p>                                 |  |  |
| 15 | Постановочная работа.    | 2         | <p>Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.</p>   | <p>Понимать историю танца и сюжет. Выполнять комплекс движений под такт музыке. Разучивание танца</p>                                    |  |  |
| 16 | Репетиционная работа.    | 8         | <p>Просмотр, наблюдение. Отработка танца.</p>   | <p>Понимать истории и сюжета танца и обыграть. Синхронно двигаться в такт музыке. Вырабатывать правильность движения.</p>                |  |  |
|    | Подготовка образа        | 4         | <p>Принятие общего решения по костюмам и атрибуту</p>   |  |  |  |
|    | Концертная деятельность. | 2         |   | <p>Выполнять симметрично, синхронно, в такт музыки танец. Обыграть сюжет танца. Участие в школьных мероприятиях, творческих отчетах.</p> |  |  |
|    | Концертная деятельность. | 1         |   | <p>Выполнять симметрично, синхронно, в такт музыки танец. Обыграть сюжет танца. Участие в школьных мероприятиях, творческих отчетах.</p> |  |  |
|    | <b>Всего часов</b>       | <b>68</b> |   |  |  |  |