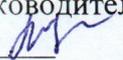


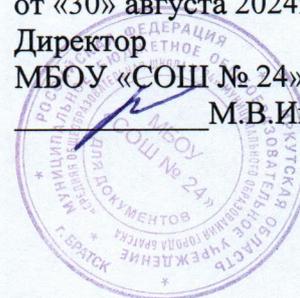
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 24»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БРАТСКА

РАССМОТРЕНО
Заседание МО
МБОУ «СОШ №24»
Протокол № 1
от «29» августа 2024г.
Руководитель МО

Морозова Ю.С.

СОГЛАСОВАНО
Заседание МС
МБОУ «СОШ № 24»
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.
Зам. директора по УВР

Л.М. Попова

УТВЕРЖДАЮ
Приказ № 406
от «30» августа 2024г.
Директор
МБОУ «СОШ № 24»
М.В.Иванова



Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Хореография»
для учащихся 5-9 классов

Направление внеурочной деятельности: общекультурное

Разработала:
Москвитина Анастасия Сергеевна,
педагог дополнительного образования.

Братск, 2024 г.

1. ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностными результатами освоения курса внеурочной деятельности «Хореография» являются:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная оценка своих танцевальных и творческих способностей;
- умение высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- проявление творческой инициативы в различных сферах художественно-творческой деятельности.

Метапредметные результаты:

В результате реализации программы «Хореография» обучающиеся должны *знать*:

- позиции ног и рук классического и современного танца;
- правила постановки корпуса;
- навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое, внутреннее;
- современный танец (модерн, джаз-модерн, хип-хоп);
- импровизация в танце, как способ выражения себя.

Предметные результаты:

- устойчивый интерес к хореографии, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений;

- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности;
- понимание специфики хореографического языка, представления о средствах танцевальной выразительности.

3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа». Хореография, хореографическое искусство (от др.-греч. χορεία — танец, хоровод и ὑρᾶφο — пишу) — танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях.

Танец — форма хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Рабочая программа «Хореография» для 5-9 классов рассчитана для смешанных групп 5 классов, 6-7 классов и 8-9 классов по 1 часу в неделю, всего 102 часа.

1. **Вводное занятие:**

- знакомство с планом работы на год;
- гигиенические требования к обуви, одежде;
- техника безопасности на занятиях хореографии.

2. **Ритмика, музыкальные элементы музыкальной грамоты:**

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

3. **Хореографическая азбука:**

- Постановка корпуса;
- Позиции ног;
- Позиции рук;
- Разновидность танцевального шага;
- Разновидность основных движений современного танца.

4. **Танец:**

1. Модерн;
 2. Джаз-модерн;
 3. Хип-хоп.
- Краткое содержание танцевальных упражнений.
 - Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок).
 - Работа над техникой исполнения и стилем.

4. **Импровизация. Этюд.**

- Исполнение изученного материала каждым учеником по своему индивидуальному взгляду.
- Выявление вкуса в танце, ритмичности и творческих потенциалов.

Для 5 классов

№ п/п	Тема занятия	Количе ство часов	ЦОР	Форма занятий
----------	--------------	-------------------------	-----	------------------

1	Вводное занятие. Знакомство. Беседа о плане работ.	1		Практическая
2	Вводное практическое занятие. Элементарные движения классического танца.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/382/	Практическая
3	Позиции рук и ног.	1		Практическая
4	Классическая разминка.	1		Практическая
5	Положение рук.	1		Практическая
6	Повторение ранее изученного материала.	1		Практическая
7	Классическая разминка. Положение ног.	1		Практическая
8	Классическая разминка. Выворотность.	1		Практическая
9	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	1		Практическая
10	Классическая разминка. Плие.	1		Практическая
11	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	1		Практическая

				еская
12	Закрепление ранее изученного материала	1		Практическая
13	Разминка в стиле Модерн.	1		Практическая
14	Растяжка.	1		Практическая
15	Самостоятельная работа под динамичную музыку	1		Практическая
16	Упражнения на растяжку парами	1		Практическая
17	Модерн. Основные движения.	1		Практическая
18	Теоретическая подготовка	1		Практическая
19	Разучивание экзерсиса	1		Практическая
20	Основные принципы Джаз-танца	1		Практическая
21	Составление хореографического номера.	1		Практическая
22	Изучение первой части танца «Ромашка»	1		Практическая
23	Отработка первой части танца «Ромашка»	1		Практическая

				еская
24	Отработка рисунков в танце	1		Практич еская
25	Изучение второй части танца «Ромашка»	1		Практич еская
26	Отработка второй части танца «Ромашка»	1		Практич еская
27	Отработка движений под счет, под музыку. Синхронность движений.	1		Практич еская
28	Упражнения на отработку учебных комбинаций за счет использования поз в экзерсисах	1		Практич еская
29	Растяжка в парах.	1	https://r esh.edu. ru/subje ct/lesso n/382/	Практич еская
30	Подготовка и участие в школьных мероприятиях и праздниках	1		Практич еская
31	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг	1		Практич еская
32	«Верёвочка» простая	1		Практич еская
33	Повторение ранее изученного материала	1		Практич еская

34	Резерв учебного времени	1		Практическая
	Итого часов	34		

Для 6 классов

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	ЦОР	Форма занятий
1	Вводное занятие. Знакомство. Беседа о плане работ.	1		Практическая
2	Повторение усвоенного материала.	1		Практическая
	Повторение классического танца	1		Практическая
3	Классическая разминка. Положение рук.	1		Практическая
	Положение ног. Выворотность.	1		Практическая
	Плие.	1		Практическая
4	Разминка в стиле Модерн. Растяжка.	1		Практическая
	Растяжка	1		Практическая

5	Модерн как основа импровизации.	1		Практическая
	Упражнения, формирующие подготовку к танцу.	1		Практическая
	«Изоляция и координация»	1		Практическая
	Упражнения для исправления осанки.	1		Практическая
6	Составление хореографии вместе с учениками в стиле современного танца	1		Практическая
	Основы импровизации «джаз-модерн».	1		Практическая
	Координация и «шаги».	1	http://resh.edu.ru/subject/lesson/3417/start/	Практическая
	Изучение комбинаций движений в джазовом стиле.	1		Практическая
7	Оформление полученного результата в хореографический номер.	1		Практическая
	Отработка техники, эмоционального состояния (актерская составляющая), синхронности.	1		Практическая
	Закрепление изученного материала	1		Практическая
8	Этюд в стиле модерн	1		Практическая

	«Кросс».	1		Практическая
9	Разработка этюда каждого из учеников, в паре, в тройках	1		Практическая
	«Повороты»	1		Практическая
	Изучение новых элементов. Позвоночник – основа движения.	1		Практическая
	Изучение развернутых комбинаций.	1		Практическая
10	Джаз Модерн, как объединение классического и современного танца	1		Практическая
	Основы импровизации	1		Практическая
	Изучение развернутых комбинаций в танце	1		Практическая
	Хореографическая гимнастика	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3417/start/	Практическая
11	Джаз Модерн. Прыжки, в сторону, плие. Растяжка	1		Практическая
	Джаз Модерн. Повороты	1		Практическая
	Джаз Модерн. Мах ногой вперед	1		Практическая

				ская
	Изучение комбинаций и движений «contraction, release»	1		Практическая
	Хореографическая комбинация	1		Практическая
12	Повторение ранее изученного материала	1		Практическая
	Резерв учебного времени	1		Практическая
	Итого часов	34		

Для 7 классов

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	ЦОР	Форма занятий
1	Вводное занятие. Знакомство. Беседа о плане работ.	1		Практическая
2	Повторение усвоенного материала.	1		Практическая
	Повторение классического танца	1		Практическая
3	Классическая разминка. Положение рук.	1		Практическая
	Положение ног. Выворотность.	1		Практическая

	Плие.	1		Практическая
4	Разминка в стиле Модерн. Растяжка.	1		Практическая
	Растяжка	1		Практическая
5	Модерн как основа импровизации.	1		Практическая
	Упражнения, формирующие подготовку к танцу.	1		Практическая
	«Изоляция и координация»	1		Практическая
	Упражнения для исправления осанки.	1		Практическая
6	Составление хореографии вместе с учениками в стиле современного танца	1		Практическая
	Основы импровизации «джаз-модерн».	1		Практическая
	Координация и «шаги».	1	http://resh.edu.ru/subject/lesson/3417/start/	Практическая
	Изучение комбинаций движений в джазовом стиле.	1		Практическая
7	Оформление полученного результата в хореографический номер.	1		Практическая

	Отработка техники, эмоционального состояния (актерская составляющая), синхронности.	1		Практическая
	Закрепление изученного материала	1		Практическая
8	Этюд в стиле модерн	1		Практическая
	«Кросс».	1		Практическая
9	Разработка этюда каждого из учеников, в паре, в тройках	1		Практическая
	«Повороты»	1		Практическая
	Изучение новых элементов. Позвоночник – основа движения.	1		Практическая
	Изучение развернутых комбинаций.	1		Практическая
10	Джаз Модерн, как объединение классического и современного танца	1		Практическая
	Основы импровизации	1		Практическая
	Изучение развернутых комбинаций в танце	1		Практическая
	Хореографическая гимнастика	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/	Практическая

			3417/start/	
11	Джаз Модерн. Прыжки, в сторону, плие. Растяжка	1		Практическая
	Джаз Модерн. Повороты	1		Практическая
	Джаз Модерн. Мах ногой вперед	1		Практическая
	Изучение комбинаций и движений «contraction, release»	1		Практическая
	Хореографическая комбинация	1		Практическая
12	Повторение ранее изученного материала	1		Практическая
	Резерв учебного времени	1		Практическая
	Итого часов	34		

Для 8 классов

№ п/п	Тема занятия	Кол ичес тво часо в	Цор	Форма занятий
----------	--------------	---------------------------------	-----	------------------

1	Вводное занятие. Знакомство. Беседа о плане работ.	1		Практическая
2	Повторение изученного материала классического танца, разминка, растяжка.	1		Практическая
3	Разминка	1		Практическая
4	Модерн. Повторение изученного материала.	1		Практическая
5	Модерн как основа импровизации.	1		Практическая
6	Основа импровизации	1		Практическая
7	Джаз Модерн, как объединение классического и современного танца. Углубленное изучение темы.	1		Практическая
8	Разучивание экзерсиса	1		Практическая
9	Разогрев	1		Практическая
10	Изоляция	1		Практическая
11	Джаз Модерн. Прыжки, повороты, мах ногой вперед, в сторону, плие. Растяжка.	1		Практическая
12	Передвижение в пространстве.	1		Практическая
13	Изучение развернутых комбинаций танца	1		Практическая
14	Изучение новых элементов.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3219/start/	Практическая
15	Хореографическая постановка в стиле Джаз Модерн учениками (соло, пара, тройки)	1		Практическая
16	Позвоночник – основа движения.	1		Практическая

17	Упражнения для позвоночника	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3219/start/	Практическая
18	Основные принципы джаз-танца	1		Практическая
19	Отработка хореографической постановки учениками.	1		Практическая
20	Отработка движений. Подготовка к сценической практике.	1		Практическая
21	Танец и постановочная работа	1		Практическая
22	Репетиционная постановочная работа	1		Практическая
23	Комбинация или импровизации	1		Практическая
24	Хип-хоп. Осваиваем работу корпуса,	1		Практическая
25	Хип – хоп обратной выворотности и ритмичности современной хореографии.	1		Практическая
26	Развитие устойчивости и координации	1		Практическая
27	Постановка хореографического номера в стиле Хип-хоп.	1		Практическая
28	Изучение первой части танца «Хип-хоп»	1		Практическая
29	Отработка первой части танца «Хип-хоп»	1		Практическая
30	Изучение второй части танца «Хип-хоп»	1		Практическая
31	Отработка второй части танца «Хип-хоп»	1		Практическая

32	Разбор рисунков в танце «Хип-хоп»	1		Практическая
33	Повторение ранее изученного материала	1		Практическая
34	Резерв учебного времени	1		Практическая
	Итого часов	34		

Для 9 классов

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	ЦОР	Форма занятий
1	Вводное занятие. Знакомство. Беседа о плане работ.	1		Практическая
2	Повторение изученного материала классического танца, разминка, растяжка.	1		Практическая
3	Разминка	1		Практическая
4	Модерн. Повторение изученного материала.	1		Практическая
5	Модерн как основа импровизации.	1		Практическая
6	Основа импровизации	1		Практическая
7	Джаз Модерн, как объединение классического и современного танца.	1		Практическая

	Углубленное изучение темы.			я
8	Разучивание экзерсиса	1		Практическа я
9	Разогрев	1		Практическа я
10	Изоляция	1		Практическа я
11	Джаз Модерн. Прыжки, повороты, мах ногой вперед, в сторону, плие. Растяжка.	1		Практическа я
12	Передвижение в пространстве.	1		Практическа я
13	Изучение развернутых комбинаций танца	1		Практическа я
14	Изучение новых элементов.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3219/start/	Практическа я
15	Хореографическая постановка в стиле Джаз Модерн учениками (соло, пара, тройки)	1		Практическа я
16	Позвоночник – основа движения.	1		Практическа я
17	Упражнения для позвоночника	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3219/start/	Практическа я

			esson/32 19/start/	
18	Основные принципы джаз-танца	1		Практическа я
19	Отработка хореографической постановки учениками.	1		Практическа я
20	Отработка движений. Подготовка к сценической практике.	1		Практическа я
21	Танец и постановочная работа	1		Практическа я
22	Репетиционная постановочная работа	1		Практическа я
23	Комбинация или импровизации	1		Практическа я
24	Хип-хоп. Осваиваем работу корпуса,	1		Практическа я
25	Хип – хоп обратной выворотности и ритмичности современной хореографии.	1		Практическа я
26	Развитие устойчивости и координации	1		Практическа я
27	Постановка хореографического номера в стиле Хип-хоп.	1		Практическа я
28	Изучение первой части танца «Хип-хоп»	1		Практическа

				я
29	Отработка первой части танца «Хип-хоп»	1		Практическа я
30	Изучение второй части танца «Хип-хоп»	1		Практическа я
31	Отработка второй части танца «Хип-хоп»	1		Практическа я
32	Разбор рисунков в танце «Хип-хоп»	1		Практическа я
33	Повторение ранее изученного материала	1		Практическа я
34	Резерв учебного времени	1		Практическа я
	Итого часов	34		