

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Лицей»  
(МАОУ «Лицей»)**

ПРИНЯТО  
на заседании кафедры  
учителей гуманитарно- эстетического цикла  
от 28.08.2016г. № 4



УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МАОУ «Лицей»  
от 31.08.2016г. № 111

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курса внеурочной деятельности  
основного общего образования  
«Хореография»  
на 2016-2017 учебный год**

**Количество часов в год: 68 часов  
Количество часов в неделю: 2 часа**

**разработал:**  
Вохмина Светлана Викторовна,  
учитель начальных классов

г.Тобольск, 2016г.

## Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Хореография»

### Результаты освоения программы

#### Личностные:

- определять смысл влияния занятий ритмикой на здоровье человека;
- активно включать в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями, проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.

#### Регулятивные:

- ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;
- составлять план и последовательность действий для достижения результата;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

#### Предметные:

- 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 курса

Первый год обучения.

#### Содержание курса:

1. Усвоение навыков координации движений, танцевальности, музыкальности.
2. Знание лексики изучаемых разделов (танцевальных жанров), четко передавать характер исполняемых движений.

Музыкальные задачи:

1. Знакомить детей с длительностями (четверти, восьмые, шестнадцатые, половинные).
2. Работать над передачей в движении характера музыки, темпа, динамики проводится в тесном единстве. На занятиях учитывать и другие компоненты музыкального языка: мелодическая линия, ладовая, регистровая окраска.

### Тематическое планирование

№п/п	Тема	Общее Практика кол-во часов	Теория	Основные виды деятельности	
1	Вводный инструктаж по ТБ и ПБ. Элементы классического танца.			Выполнение элементов танца	
2	Элементы детского эстрадного танца.	18	-	18	Выполнение элементов танца
3	Партерная гимнастика, прыжки,	10	1	9	

	вращения.				
4	Элементы бального танца.	10	1	9	Выполнение элементов танца
5	Элементы русского танца.	10	2	8	Исполнение танцевальных этюдов
6	Прыжки с предметами.	6	-	6	
7	Занятия по актерскому мастерству.	6	1	5	
8	Пластические этюды.	4	-	4	Выполнение элементов танца
9	Клубный час.	4	2	2	Исполнение танцевальных этюдов
	Всего:	68	7	61	

В конце учебного года провести открытое занятие.

Второй год обучения.

### Содержание курса:

Двигательные задачи:

1. Усложнение танцевальных комбинаций.

2. Развитие артистичности.

3. К концу учебного года дети должны уметь правильно вытягивать стопу, держать корпус, выпрямлять колени, сопровождать движения поворотами головы там где это требуется.

Музыкальные задачи:

Определять количество частей, фраз, характер музыки, динамические оттенки, уметь определять сильную долю.

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Общее Теория Практика Кол-во часов			Основные виды деятельности
1	Партерная гимнастика, прыжки, вращения.	12	-	12	Выполнение элементов танца
2	Элементы классического танца.	12	3	9	Танцевальные этюды
3	Элементы бального танца.	10	-	10	Исполнение танцевальных этюдов
4	Элементы русского танца.	14	2	12	Выполнение элементов танца
5	Элементы детского эстрадного танца.	12	-	12	Исполнение танца
6	Занятия по актерскому мастерству.	2	-	2	Танцевальные упражнения
	Пластические этюды.	2	-	2	Исполнение

7				танцевальных этюдов	
8	Прыжки с предметами.	2	-	2	Прыжки
9	Клубный час.	2	1	1	Исполнение этюдов собственной постановки
	Всего:	68	6	62	

В конце года провести открытый урок.

Третий год обучения.

### Содержание курса:

1. Вводится новое направление в разминку « детский фитнес ».
2. Изучение нового танцевального направления «Хип-хоп». Дети должны технически правильно исполнять движения этого направления.

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Общее Практика кол-во часов	Теория	Основные виды деятельности	
1	Фитнес для детей.	12	2	10	Гимнастические упражнения
2	Элементы классического танца.	10	2	8	Выполнение элементов танца
3	Элементы детского эстрадного танца.	10	-	10	Танцевальные упражнения
4	Элементы танца «Хип-хоп».	16	2	14	Исполнение танцевальных этюдов
5	Занятия по актерскому мастерству.	6	-	6	Танцевальные упражнения
6	Пластические этюды.	6	-	6	Выполнение элементов танца
7	Прыжки с предметами.	4	-	4	Прыжки
8	Клубный час.	4	2	2	Исполнение танцевальных этюдов
	Всего:	68	8	60	

Провести семинар для педагогов.

Провести класс-мастер.

Участие в городских хореографических конкурсах.

Четвертый год обучения.

## Содержание курса

- 1 Вводится новое направление «Джаз-данс». Важно умение соединения классического танца с элементами современного танца.
2. По окончании этого года ученики должны синхронно и хаотично двигаться по площадке в зависимости от того, где и как нужно двигаться.
3. Знать, что такое рисунок танца.

## Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика	Основные виды деятельности
1	Элементы классического танца.	16	4	12	Выполнение элементов танца
2	Элементы современного танца.	16	2	14	Исполнение танцевальных этюдов
3	Элементы танца «Хип-хоп».	20	2	18	Выполнение элементов танца
4	Партерная гимнастика, прыжки, вращения.	12	-	12	Прыжки, гимнастические этюды
5	Клубный час.	4	2	2	Исполнение танцевальных этюдов
	Всего:	68	10	58	

- Провести открытое занятие.
- Провести контрольный урок.
- Участие в городских и областных конкурсах.

### Материально- техническое обеспечение:

- 1.Технические средства обучения (звуковые):
  - Видеоаппаратура;
  - Мультимедийная система;
  - Танц –класс со станками и зеркалами
- 2.Учебно-наглядные пособия:
  - Детские музыкальные инструменты.
- 3.Музыкальные игры:
  - «Определи по ритму», «Тихо, громко», «Музыкальное лото», «Веселые ладошки», «Ню-ка, повторяйте», «Стирка», «Зайцы», «Три поросенка», «Волшебный цветок», «Мельница», «Цирковые лошадки», «Кукляндия», «Цветок», «Ленточки», «Снежинки», «Сладкий апельсин» и др.
- 4.Набор СД – дисков с записями мелодий.
- 5.Нотное приложение .

### **Учебно- методическое обеспечение.**

- 1.Плаксина –Кныш Н. В.Авторская программа по ритмике для общеобразовательных школ Тула -1998.
  - 2.Анисимова В. В. Предупреждение нарушений осанки у детей.-М., 1959
  3. Ефименко Н. Н. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста.
  4. Козырева О. В. Упражнения с большими ортопедическими мячами Обруч. -2000. -№1.
  - 5.Колтановский А. П. 400 упражнений с палками и стулом.-М., 1983.
  6. Кузнечикова С . Нейройога воспитание и развитие ребенка с пользой для здоровья.-Санкт-Петербург. 2010.
  7. Мотылявская Р. Е. Норма и патология в спорте.- М., 1982.
  - 8.Мухина В. С. Детская психология .- М., 1999.
- Организация медицинского контроля за развитием и здоровьем дошкольников и школьников на основе массовых скрининг-тестов и их оздоровление в условиях детского сада, школы  
Под ред. Г. Н. Сердюковской.-М., 1994.
- 9.Старокоская В. Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет .-М., 1994.
  10. Транквиллитати А. Н. Восстановить здоровье.-М., 1992.



