

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №29»

Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан

«Рассмотрено»

Руководитель МО

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Протокол №\_\_\_\_\_ от  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по ВР  
МБОУ «СОШ №29»

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

«Утверждаю»

Директор МБОУ «СОШ №29»

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Приказ № 1 от  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

## *РАБОЧАЯ ПРОГРАММА*

*объединения дополнительного образования*

*«Пируэт»*

*ФИО педагога*

## ***Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.***

*В результате обучения хореографией должны быть достигнуты следующие результаты.*

### ***На личностном уровне:***

- проявлять активность, готовность к выдвижению идей и предложений;
- проявлять силу воли, упорство в достижении цели;
- владеть навыками работы в группе;
- понимать ценность здоровья;
- уметь принимать себя как ответственного и уверенного в себе человека.

### ***На метапредметном уровне:***

- выделять главное;
- понимать творческую задачу;
- работать с дополнительной литературой, разными источниками информации;
- соблюдать последовательность;
- работать индивидуально, в группе;
- оформлять результаты деятельности;
- представлять выполненную работу.

### ***На предметном уровне:***

- знать точки плана класса, их расположение;
  - правила постановки корпуса;
  - позиции рук, ног, головы в классическом танце;
  - позиции рук, ног в современном танце;
  - правила поведения на занятиях;
- уметь:*
- выполнять по заданию педагога упражнения по актерскому мастерству;
  - различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений;
  - выполнять танцевальные шаги по инструкции педагога;
  - выполнять партерную гимнастику.

## **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.**

### *Методы и формы контроля.*

Методы контроля позволяют оценивать, анализировать и контролировать, как собственную деятельность, так и своих товарищей.

Данный метод осуществляется посредством следующих форм проведения занятий:

- контрольные задания;
- контрольные вопросы;
- самооценка;
- участие в выступлениях и конкурсах;
- урок самооценок (взаимооценок).

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия по следующим формам:

- участие в открытых занятиях;
- вопросник по программе;
- контрольное упражнение;
- концерт;
- беседа;
- соревнование;
- участие в мероприятиях;
- участие в родительских собраниях;
- участие в конкурсах и фестивалях.

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия.

## ***Критерии определения результативности программы:***

<b>№ п/п</b>	<b>Критерии результативности</b>	<b>Уровень освоения</b>	<b>Методы оценки результата</b>
1.	Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.	Высокий уровень (Задание выполнено от 60% до 80%)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отслеживание результатов (наблюдение, диагностика)</li> </ul>
		Средний уровень (Задание выполнено от 40% до 60%)	
		Низкий уровень (Задание выполнено менее 40%)	
2.	Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.)	Высокий уровень (Задание выполнено от 60% до 80%)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Форсирование навыков и умений</li> </ul>
		Средний уровень (Задание выполнено от 40% до 60%)	
		Низкий уровень (Задание выполнено менее 40%)	
3.	Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат», «лодочка», «мостик» и т.д.).	Высокий уровень (Задание выполнено от 60% до 80%)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Анализ диагностического материала</li> </ul>
		Средний уровень (Задание выполнено от 40% до 60%)	
		Низкий уровень (Задание выполнено менее 40%)	
4.	Координация, ловкость движений – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.	Высокий уровень (Задание выполнено от 60% до 80%)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сравнительный анализ исходного и актуального состояния проблемы</li> </ul>
		Средний уровень (Задание выполнено от 40% до 60%)	
		Низкий уровень (Задание выполнено менее 40%)	

## **Содержание учебного плана.**

### **Тема 1. Вводное занятие.**

**Теория.** Знакомство с группой и с режимом работы детского объединения, с содержанием программы, правилами внутреннего распорядка учреждения. Организационные вопросы: прием заявлений родителей обучающихся, знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности.

### **Тема 2. Основы классического танца.**

#### **Теория.**

Основные понятия и термины классического танца.

**Практика.** Основа тренажа, постановка рук корпуса и головы. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Упражнения у станка:

- Позиции рук, ног, положение головы;
- I пор де бра;
- Demi plié по 1,2 позициям;
- Relevé;
- Battement tendue из 1 позиции;
- Battement tendue jete из 1 позиции;
- постановка корпуса по 1,2 позициям;

Упражнения на середине зала:

- Разминка: шаг с носка;
- шаг на полуальцах;
- бег выбрасывая прямые ноги вперёд и назад;
- бег сгибая ноги;
- наклоны корпуса в стороны;
- вперёд и назад;
- низкие выпады вперёд и в стороны;
- точки плана класса;
- танцевальные движения.

### **Тема 3. Основы эстрадной и современной хореографии.**

**Теория.** Основные понятия и термины эстрадной и современной хореографии.

**Практика.** Эстрадная и современная хореография:

Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса.

Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев.

Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки.

Сокращения и круговая работа стоп по 6 и 5 позициям. Растижки лёжа и сидя.

Упражнения на середине зала:

Основные позиции ног в современном танце: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр».

Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя.

#### **Тема 4. Народно-сценический танец.**

Русский народный танец.

**Теория.** Лекция связи русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом, разнообразии народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой.

**Практика.** Знакомство с основными позициями и положениями рук и ног в русском танце, развитие координации движений, во время исполнения простейших элементов и движений на середине зала.

Упражнения и характерные движения:

- изучение разминки в характере русского танца;
- разучивание характерных движений:
- гармошка;
- бег молоточками;
- переменный ход;
- шаги с носка, с каблучка;
- моталочки;
- верёвочки;
- припадание;
- поворот на месте «точка»;
- бег в повороте.

Сценические танцы: «Лесной хоровод», «Подружки», «Калинка» разучиваем любой на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

#### **Тема 5. Партерная гимнастика. Основы акробатики.**

**Теория.** Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение различных ритмических рисунков.

**Практика.** Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка. Разучивание разминки – разогрева. Упражнения развивающие силу ног, выворотность, правильную осанку, гибкость, подвижность суставов. Упражнения на развитие ориентации и гибкости:

- построение в колонну по одному, по два;
- расход парами;
- четвёрками, построение в круг;
- движение по кругу;
- «бабочка»;
- «лягушка»;
- «дракон»;
- «кольцо»;
- «корзинка» и т.д.

### **Тема 6.Актёрское мастерство.**

**Теория.** Введение в предмет. Основные понятия, термины.

**Практика.** Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:

- «ветерок и ветер»;
- «клоуны»;
- «жонглёры»;
- «кузнецы».

Танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом.

Сочинение этюдов под музыку на темы: «под дождём», «трусливый заяц», «на речке» и. т. д.

### **Тема 6.Постановочная, репетиционная деятельность.**

Разучивание танцевальных связок, построение рисунков, работа над танцевальными образами. Работа над манерой исполнения постановки. Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров.

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к концертным выступлениям.

### **Тема 7. Итоговое занятие.**

Первые выступления для родителей.

## Тематическое планирование.

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	2	—	Устный опрос.
2.	Основы классического танца.	14	4	10	Практическая работа, упражнения, просмотр, задания, самостоятельная работа.
3.	Основы эстрадной и современной хореографии.	30	4	26	Практическая работа, просмотр, задания, музыкальный образ, самостоятельная работа.
4.	Народный танец.	26	3	23	Практическая работа, просмотр, задания, самостоятельная работа.
5.	Партерная гимнастика. Основы акробатики.	20	2	18	Практическая работа, просмотр, задания, самостоятельная работа.
6.	Актерское мастерство.	12	2	10	Практическая работа, просмотр, задания, самостоятельная работа.
7.	Постановочно-репетиционная работа.	34	1	33	Практическая работа, задания, самостоятельная работа, творческий показ.
8.	Итоговое занятие.	2	1	1	Практическая работа, просмотр, самостоятельная работа, итоговое выступление.
	<b>Всего часов</b>	<b>140</b>	<b>19</b>	<b>121</b>	

