

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа №56» г. Кемерово  
650016, г. Кемерово, ул. Багратиона, 2, тел.: (3842) 62-22-24  
E-mail: school56Kem@mail.ru

Принята  
на педагогическом совете  
Протокол № 4  
от «31» августа 2023 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ «ООШ №56»  
г. Кемерово  
*М.Ю. Пекурова* М.Ю. Пекурова  
Приказ № 242  
от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа  
по курсу внеурочной деятельности  
«Стихия танца»**

**5-8 класс**

Срок реализации:  
основное общее образование (4 года)

Составитель:  
Борисова Полина Андреевна,  
педагог дополнительного образования

Кемерово, 2023

## Содержание

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Стихия танца» .....	3
Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности .....	5
Тематическое планирование.....	10

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Стихия танца»**

### **Предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Стихия танца»:**

- выполнение хореографических комбинаций на необходимом уровне;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умение характеризовать музыкальное произведение, согласовать музыку и движение;
- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности;
- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса, школы

### **Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Стихия танца»:**

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей;

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

**Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Стихия танца»:**

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач;
- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

# Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

5 класс

## **Раздел 1. Общий комплекс упражнений (10 часов)**

### *Тема 1.1 История хореографического искусства. (1 час)*

Происхождение танца и хореографии. Танец эпохи первобытно-общинного строя. Танец в культуре древних цивилизаций. Танцевальный фольклор. Народный танец – исток хореографической культуры народов. Беседа на тему русские праздники. Бытовые танцы, салонные танцы, современные балльные танцы.

### *Тема 1.2 Ритмика (3 часа)*

Определение и передача в движении: структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза), размера 4/4. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка». Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.

### *Тема 1.3 Партерная гимнастика. (3 часа)*

Разучивание развивающих упражнений на выворотность, танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов.

### *Тема 1.4 Танцевальные движения и комбинации в кроссе. (3 часа)*

Кросс: исполняются комбинации шагов, вращений и прыжков.

## **Раздел 2: Вальс как танцевальное направление. (9 часов)**

### *Тема 2.1 История возникновения «Вальса». (2 часа)*

Рассказ о Венском вальсе. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ . Разучивание поворотов вальса вправо, влево на середине зала

### *Тема 2.2 Повороты в вальсе. (3 часа)*

Разучивание поворотов вальса вправо, влево по квадрату.

### *Тема 2.3 Повороты в вальсе. (3 часа)*

Разучивание поворотов вальса в паре по квадрату

*Тема 2.4 Контрольный урок «Венский вальс» ( 1 час)*

Показ вальса на сцене.

### ***Раздел 3: Постановочная работа***

*Тема 3.1 Постановка хореографических номеров. ( 8 часов)*

Воплощение балетмейстерской задумки.

*Тема 3.2 Отработка поставленных номеров ( 8 часов)*

Отработка, репетиции над данным номером.

*6 класс*

### ***Раздел 1: Растяжка, гимнастика (10 часов)***

*Тема 1.1 Вводное занятие. (1 час)*

Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.

*Тема 1.2 Разминка на середине зала ( 3 часа)*

Научить исполнять разминку и элементарные движения по точкам плана класса.

*Тема 1.3 Партерная гимнастика ( 3 часа)*

Работа в паре. Исполнение гимнастических упражнений.

*Тема 1.4 Разминка с более сложными танцевальными элементами. (3 часа)*

3 ч. Развитие более сложной координации и ускорение темпа выполнение всех элементов урока.

### ***Раздел 2: Квикстеп. Ход лицом по линии танца (9 часов)***

*Тема 2.1 Теоретический материал. ( 1 час)*

Общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Квикстеп».

*Тема 2.2 Подготовительные упражнения. (2 часа)*

Ход лицом по линии танца.

*Тема 2.3 Учебная позиция в паре. (3 часа)*

Разучивание учебной позиции в паре.

*Тема 2.4 Ход лицом по линии танца в паре. (2 часа)*

Разучивание ходов лицом по линии танца в паре.

***Раздел 3: Постановочная работа (16 часов)***

*Тема 3.1 Постановка хореографических номеров (8 часов)*

Воплощение балетмейстерской задумки.

*Тема 3.2 Отработка поставленных номеров (8 часов)*

Отработка, репетиции над данным номером.

*7 класс*

***Раздел 1: Разминка на середине зала (10 часов)***

*Тема 1.1 Вводное занятие. Повторение истории хореографического искусства. (1 час)*

Приветствие. Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.

*Тема 1.2 Упражнения. (3 часа)*

Упражнения для мышц плечевого пояса, живота, спины, бёдер.

*Тема 1.3 Упражнения. (2 часа)*

Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.

*Тема 1.4. Партерная гимнастика. (1 час)*

Разучивание развивающих упражнений на выворотность, танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов.

*Тема 1.5 Танцевальные комбинации. (3 часа)*

Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.

## ***Раздел 2: «Эстрадный танец». Элементы эстрадного танца (9 часов)***

### ***Тема 2.1 Эстрадный танец. (3 часа)***

Общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Эстрадного танца». Разучивание комбинаций.

### ***Тема 2.2. Эстрадный танец (2 часа)***

Разучивание комбинаций.

### ***Тема 2.3 Построение и перестроение. (3 часа)***

Построение и перестроение рисунков в эстрадном танце.

### ***Тема 2.4 Контрольный урок «Эстрадный танец» (1 час)***

Показ танца на сцене.

## ***Раздел 3: Постановочная работа (16 часов)***

### ***Тема 3.1 Постановка хореографических номеров (8 часов)***

Воплощение балетмейстерской задумки.

### ***Тема 3.2 Отработка поставленных номеров (8 часов)***

Отработка, репетиции над данным номером.

8 класс

## ***Раздел 1: Разминка на середине зала (7 часов)***

### ***Тема 1.1 Вводное занятие. История хореографического искусства. (1 час)***

Приветствие. Краткое знакомство с учебным курсом. Разучивание поклона.

### ***Тема 1.2 Упражнения. (3 часа)***

Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного сустава

### ***Тема 1.3 Упражнения. (3 часа)***

Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага.

## ***Раздел 2: Танцевальные комбинации. (9 часов)***



*Тема 2.1 Разучивание танцевальных комбинаций. (3 часа)*

Разучивание танцевальных комбинаций под музыку, под счет.

*Тема 2.2 Разучивание танцевальных комбинаций. (3 часа)*

Разучивание танцевальных комбинаций под музыку, под счет.

*Тема 2.3 Танцевальные комбинации в продвижении (3 часа)*

3 ч. Танцевальные комбинации в продвижении на середине зала.

***Раздел 3: Импровизация и актёрское мастерство (3 часа)***

*Тема 2.1 Игры развивающая артистичность. Этюды под музыку на заданную тему. (3 часа)*

Раздел, помогающий развить в воспитанниках: внимание, воображение, ассоциативную память, чувство правды и навыки актёрского мастерства. Игра развивающая артистичность «Крокодил», наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение «Во дворе», «Осень», «Домашние животные». Этюды под музыку на заданную тему: «Новогодняя сказка» (используя выученные движения изобразить Снеговика, Снегурочку, снежинку и. т.д.)

***Раздел 4: Постановочная работа (16 часов)***

*Тема 4.1 Постановка хореографических номеров (8 часов)*

Воплощение балетмейстерской задумки.

*Тема 4.2 Отработка поставленных номеров (8 часов)*

Отработка, репетиции над данным номером.

## Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Содержание и вид работы	Кол-во часов
	<b>Раздел 1: Общий комплекс упражнений</b>	<b>10</b>
1.1	Вводное занятие. История хореографического искусства	1
1.2	Ритмика	3
1.3	Партерная гимнастика	3
1.4	Танцевальные движения и комбинации в кроссе	3
	<b>Раздел 2: Вальс как танцевальное направление</b>	<b>9</b>
2.1	История возникновения «Вальса».	2
2.2	Поворот вальса вправо, влево по квадрат	3
2.3	Поворот вальса в паре по квадрату	3
2.4	Контрольный урок «Венский вальс»	1
	<b>Раздел 3: Постановочная работа</b>	<b>16</b>
3.1	Постановка хореографических номеров	8
3.2	Отработка поставленных номеров	8
	<b>Итого:</b>	<b>35</b>

6 класс

№ п/п	Содержание и вид работы	Кол-во часов
	<b>Раздел 1: Растяжка, гимнастика</b>	<b>10</b>
1.1	Вводное занятие. История хореографического искусства	1
1.2	Разминка на середине зала.	3
1.3	Партерная гимнастика.	3
1.4	Разминка с более сложной координации и ускорением темпа.	3
	<b>Раздел 2: Квикстеп. Ход лицом по линии танца</b>	<b>9</b>
2.1	Теоретический материал	1
2.2	Подготовительные упражнения.	3
2.3	Учебная позиция в паре.	3
2.4	Ход лицом по линии танца в паре	2
	<b>Раздел 3: Постановочная работа</b>	<b>16</b>
3.1	Постановка хореографических номеров	8
3.2	Отработка поставленных номеров	8
	<b>Итого:</b>	<b>35</b>

## 7 класс

№ п/п	Содержание и вид работы	Кол-во часов
	<b>Раздел 1: Разминка на середине зала</b>	<b>10</b>
1.1	Вводное занятие. Повторение истории хореографического искусства	1
1.2	Упражнения.	3
1.3	Упражнения.	2
1.4	Партерная гимнастика.	1
1.5	Танцевальные комбинации.	3
	<b>Раздел 2: «Эстрадный танец». Элементы эстрадного танца.</b>	<b>9</b>
2.1	Разучивание эстрадного танца.	3
2.2	Разучивание эстрадного танца.	3
2.3	Построение и перестроение.	3
2.4	Контрольный урок «Эстрадный танец»	1
	<b>Раздел 3: Постановочная работа</b>	<b>16</b>
3.1	Постановка хореографических номеров	8
3.2	Отработка поставленных номеров	8
	<b>Итого:</b>	<b>35</b>

## 4 год обучения

№ п/п	Содержание и вид работы	Кол-во часов
	<b>Раздел 1: Разминка на середине зала</b>	<b>7</b>
1.1	Вводное занятие. История хореографического искусства	1
1.2	Упражнения.	3
1.3	Упражнения.	3
	<b>Раздел 2: Танцевальные комбинации.</b>	<b>9</b>
2.1	Разучивание танцевальных комбинаций.	3
2.2	Разучивание танцевальных комбинаций.	3
2.3	Танцевальные комбинации в продвижении	3
	<b>Раздел 3: Импровизация и актёрское мастерство.</b>	<b>3</b>
3.1	Игры развивающая артистичность. Этюды под музыку на заданную тему.	3
	<b>Раздел 4: Постановочная работа</b>	<b>16</b>
4.1	Постановка хореографических номеров	8
4.2	Отработка поставленных номеров	8
	<b>Итого:</b>	<b>35</b>