


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ишалская начальная общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»
на педагогическом совете
Протокол № 1
от « 30 » августа 2021

«Утверждаю»
Директор школы
А.Н. Фризен
Приказ № 01/06- 68
от «30» августа 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Весёлый каблучок»

на 2021 – 2022 учебный год

Штоббе Татьяна Владимировна,
учитель первой
квалификационной категории

п. Ишалка
2021 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Весёлый каблучок» общекультурного направления разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Ишальская начальная общеобразовательная школа и плана внеурочной деятельности в рамках ФГОС НОО.

Программа внеурочной деятельности «Весёлый каблучок» составлена на основе программы Л.Н. Михеевой «Примерные программы внеурочной деятельности» под ред. В.А. Горского «Хореография» (Москва, Просвещение, 2014г).

Данная программа внеурочной деятельности «Весёлый каблучок» рассчитана для детей младшего школьного возраста (6,5 – 11 лет) на 68 часов (2 занятия в неделю). Группа детей разновозрастная. Срок реализации данной программы внеурочной деятельности «Весёлый каблучок» - 1 год.

Цель программы дать возможность детям проявить себя, творчески раскрыться в области хореографии.

Задачи:

- развивать природные задатки и способности, помогающие достижению успеха в том или ином виде искусства;
- научить приемам исполнительного мастерства;
- научить слушать, видеть, понимать и анализировать произведения искусства;
- научить правильно использовать термины, формулировать определения понятий, используемых в опыте мастеров искусства.

Программа поможет решить различные **учебные задачи**: освоение детьми основных правил изображения; овладение материалами и инструментами изобразительной деятельности; развитие стремления к общению с искусством; **воспитательные задачи**: формирование эстетического отношения к красоте окружающего мира; развитие умения контактировать со сверстниками в творческой деятельности; формирование чувства радости от результатов индивидуальной и коллективной деятельности; **творческие задачи**: умение осознанно использовать образно-выразительные средства для решения творческой задачи; развитие стремления к творческой самореализации средствами художественной деятельности.

На начальном этапе учащиеся осваивают основные элементы упражнений. Проводится формирование и обучение элементов движений. При этом формируется музыкальная грамотность, отрабатываются основные понятия (темп, ритм и т.д.). Особое внимание уделяется формированию и отработке основных позиций рук и ног. В течение года осуществляется коррекция движений и вводятся элементы танцев. Далее проводится наработка навыков и умений, создаются танцевальные композиции, в которые включаются все ранее изученные элементы. Происходит соединение музыки и движения.

Формой подведения итогов реализации данной рабочей программы являются:

- конкурсы на лучшее исполнение сольного и коллективного танца;
- праздничные выступления;
- фольклорные праздники;
- отчётные концерты;
- участие в смотрах, конкурсах.

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Увеличение числа детей, охваченных организованным досугом; воспитание уважительного отношения к своему селу, школе; воспитание у детей толерантности, навыков здорового образа жизни; формирование чувства гражданственности и патриотизма, осознанного отношения к профессиональному самоопределению; развитие социальной культуры учащихся через систему ученического самоуправления и реализация, в конечном счете, основной цели программы – достижение учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирование в них принимаемой обществом системы ценностей.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Личностные:

- определять смысл влияния занятий танцевального кружка на здоровье человека;
- 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:

- ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;
- составлять план и последовательность действий для достижения результата: анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

Предметные:

- выполнение элементов народного танца;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

В результате обучения дети должны знать:

- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии;
- позиции рук и ног;
- знать следующие движения: припадание, боковой шаг, шаг с притопом, «ковырялочку»;
- овладеть рядом знаний и навыков, дающих возможность создания репертуара, построенного на характерных шагах и элементах народного танца.

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического характера; демонстрировать несложные хореографические постановки;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- чувствовать характер марша и уметь передать его в шаге;
- исполнить переменный шаг;
- правильно исполнить присядочные движения в танце;
- иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру (в частности, мальчик, стоя в паре, должен научиться красиво подавать руку девочке);
- различать особенности медленных хороводных и быстрых плясовых ритмов, русских танцев.

3.Содержание учебного предмета

№	Наименование	Количество	Содержание
---	--------------	------------	------------

п/п	раздела/темы	часов	
	Музыкальная грамота	3	<p>В этом разделе больше внимания уделяется музыке. Слушая музыку, дети определяют сильную и слабую доли, узнают такие понятия, как темп, ритм. На этих занятиях слушаются музыкальные произведения «Марш», «Полька» и «Вальс». Дети дают словесную характеристику, затем подбирают движения к каждому прослушанному произведению. А так же определяется сильная и слабая доли такта некоторых произведений. Прием исполнения : на сильную долю делаем притоп ногой, на слабую (ые) - хлопаем в ладони. Это же можно проделать при помощи шумовых инструментов.</p> <p>Практическая работа: Движения в образах любимых героев мультфильмов - Зайца, Волка, Чебурашки и т.д.</p>
	Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	4	<p>Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов.</p> <p>Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.</p> <p>Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.</p>
	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец	14	<p>Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотами на 1/4 круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.</p> <p>Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.</p> <p>Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.</p>

	Основы народного танца	12	<p>Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на $\frac{1}{8}$, гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.</p> <p>Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.</p> <p>Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.</p>
	Танцевальные этюды. Эстрадный танец	16	<p>Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Прибалтийские танцы. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.</p> <p>Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.</p>
	Постановка танцев. Отработка номеров	19	<p>Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме</p>

4.Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата план	Дата факт
1	Введение. Техника безопасности на занятиях. Слушание музыки. Определение сильных и слабых долей.	1	02.09	
2	Прослушивание произведений. Словесная характеристика, подбор движений для прослушанных произведений.	1	07.09	

3	Определение сильных и слабых долей такта некоторых произведений. Прием исполнения: на сильную долю делаем притоп ногой, на слабую(ые) - хлопаем в ладони.	1	09.09	
4	Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для корпуса.	1	14.09	
5	Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Освоение танцевальных позиций.	1	16.09	
6	Упражнения для корпуса. Упражнения для головы, туловища, рук и ног.	1	21.09	
7	Освоение танцевальных позиций, упражнения для головы, туловища, рук и ног.	1	23.09	
8	Позиции ног. Упражнения ног. Позы классического танца. Изучение некоторых характерных танцев.	1	28.09	
9	Понятие о темпераменте, о чувствах ритма. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы.	1	30.09	
10	Позиции ног. Полуприседания и полное приседание. Позы классического танца. Изучение некоторых характерных танцев	1	05.10	
11	Подъем на полупальцы. Шаги с приставкой. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением, с поворотами.	1	07.10	
12	Каблучные упражнения. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами.	1	12.10	
13	Позы классического танца. Подготовка к веревочке. Танцевальные элементы. Изучение некоторых характерных танцев.	1	14.10	
14	Упражнения для ног. Дробные выстукивания. Каблучное упражнение. Круг ногой по полу.	1	19.10	
15	Упражнения для ног. Дробные выстукивания. Каблучное упражнение. Круг ногой по полу.	1	21.10	
16	Танцевальные элементы. Изучение некоторых характерных танцев.	1	26.10	
17	Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации танца. Понятие об экзерсисе. Просмотр видеоматериалов.	1	28.10	
18	Шаги с приставкой по всем направлениям в различных сочетаниях. Полуприседания и полные приседания.	1	09.11	
19	Дробные выстукивания. Каблучное упражнение. Изучение некоторых характерных танцев.	1	11.11	
20	Прыжки на двух ногах, на одной, с	1	16.11	

	переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотами на 1/4 круга. Основные шаги танца.			
21	Освоение поз и движений классического танца. Позиции ног. Подготовка к веревочке. Маленькие броски ногой. Изучение некоторых характерных танцев.	1	18.11	
22	Танцевальные элементы. Изучение некоторых характерных танцев.	1	23.11	
23	Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни. Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития	1	25.11	
24	Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный.	1	30.11	
25	Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дроби на 1/8, гармошка, елочка.	1	02.12	
26	Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд)	1	07.12	
27	Детский танец «Снежинки», «Хоровод с подснежниками»	1	09.12	
28	Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи.	1	14.12	
29	Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.	1	16.12	
30	Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Детские танцы «Матрешки», «Танец солнечных зайчиков».	1	21.12	
31	Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд).	1	23.12	
32	Повторение изученных танцев.	1	28.12	
33	Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дроби на 1/8, гармошка, елочка.	1	30.12	
34	Освоение поз и движений народных танцев.	1	11.01	
35	Танцевальная разминка.	1	13.01	
36	Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя.	1	18.01	
37	Техника прыжков и вращений	1	20.01	
38	Итальянский танец.	1	25.01	
39	Испанский танец.	1	27.01	
40	Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата.	1	01.02	
41	Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя.	1	03.02	
42	Итальянский танец.	1	08.02	
43	Прибалтийский танец.	1	10.02	
44	Функциональное назначение и особенности	1	15.02	

	проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя			
45	Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.	1	17.02	
46	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1	22.02	
47	Индивидуальная работа с одаренными учениками	1	24.02	
48	Испанский танец	1	01.03	
49	Техника прыжков и вращений.	1	03.03	
50	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце.	1	10.03	
51	Отработка эстрадно-вокального танца.	1	15.03	
52	Тренинг современной танцевальной пластики.	1	17.03	
53	Тренинг современной танцевальной пластики.	1	29.03	
54	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений.	1	31.03	
55	Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.	1	05.04	
56	Разучивание элементов танца, рисунка танца.	1	07.04	
57	Закрепление музыкально-ритмического материала в игре.	1	12.04	
58	Индивидуальная работа с одаренными учениками	1	14.04	
59	«Медленный вальс»	1	19.04	
60	Классический тренаж: деми-плие по 6-й позиции, батман тандю в сторону, вперед, назад крестом, сотэ.	1	21.04	
61	Исполнительское мастерство в ритме вальса, танго, ча-ча-ча	1	26.04	
62	Исполнительское мастерство в ритме вальса.	1	28.04	
63	Исполнительское мастерство в ритме танго	1	05.05	
64	Исполнительское мастерство в ритме ча- ча- ча.	1	12.05	
65	Подготовка танцевальных костюмов.	1	17.05	
66	Пластические этюды на подражание растений и животных. Участие коллектива в праздничных мероприятиях, посвященных Дню Победы.	1	19.05	
67	Обсуждение проведенного мероприятия. Прослушивание классических композиций, игры с детьми.	1	24.05	
68	Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев.	1	26.05	
	ИТОГО	68		

