

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Омской области

Департамент образования Администрации города Омска

БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа № 67»

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p>РАССМОТРЕНО<br/>руководитель Ш МО</p> <hr/> <p>Ледовских Е.Н.<br/>Протокол № ____ от<br/>«__»__20__ г.</p> | <p>Согласовано<br/>заместитель директора</p> <hr/> <p>Иванова И.В.</p> <p>«__»__20__ г.</p> | <p>Утверждено<br/>Директор</p> <hr/> <p>Ильченко В.В.<br/>Приказ № ____ «__»__20__<br/>г.</p> |
|---|---|---|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**«Танцевальный ружок»**

для обучающихся 5-9 классов

на 2023 - 2024 год

## Содержание

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1. Пояснительная записка.....</b>   | <b>3</b>  |
| Цели программы   |           |
| Задачи программы   |           |
| Методическое обеспечение программы   |           |
| Принципы дидактики   |           |
| Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы                             |           |
| Приемы   |           |
| <b>2. Содержание программы.....</b>  | <b>7</b>  |
| <b>3. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной<br/>деятельности.....</b>      | <b>23</b> |
| Личностными результатами   |           |
| Метапредметными результатами изучения  |           |
| Организация образовательного процесса  |           |
| <b>4. Календарно-тематическое<br/>планирование.....</b>  | <b>25</b> |
| <b>5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного<br/>процесса.....</b> | <b>33</b> |
| Список литературы  |           |

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана для 5-9-х классов в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Рабочая программа разработана на основе Устава, ООП ФГОС ООО и Положения о рабочей программе по учебному предмету (курсу) и о календарно-тематическом планировании учителя, реализующего в образовательном процессе федеральные государственные образовательные стандарты общего образования.

Программа внеурочной деятельности занимает важное место в системе художественно-эстетического образования. Является первой ступенью в хореографическом образовании. Её освоение способствует формированию общей культуры.

Ритмика и танец – предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий хореографией. Изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений и музыкальных игр. Предполагает изучение разноплановых танцев: образных, классических, балльных, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые могут стать основой репертуара для сценической практики.

Программа направлена на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

Возраст учащихся, участвующих в реализации программы, 11 - 16 лет.

Рабочая программа внеурочной деятельности

### **Общая характеристика курса внеурочной деятельности**

В наше время, когда большинство людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия хореографией особенно актуальны в детском возрасте. Актуальность занятий танцами в обучении учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развитию и совершенствовании их мышечно-двигательного аппарата, дыхательной и сердечно - сосудистой системы.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ ФГОС, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждой сударыни, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно- эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья учащихся.

Новизна данной рабочей программы определена федеральным государственным стандартом общего образования. Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных и метапредметных результатов освоения курса внеурочной деятельности.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

По данной программе могут заниматься учащиеся, с разным уровнем хореографической подготовки.

Образовательная цель - приобщение сударынь ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца; развивающая цель - воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство; воспитательная цель - профессиональная ориентация и самоопределение учащихся.

### **Задачи программы:**

*в области хореографии -*

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- совершенствование психомоторных способностей учащихся;
- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координирующих способностей;
- развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой;
- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений; *в области воспитания -*
- развитие творческих и созидательных способностей учащихся;
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширение кругозора;
- формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- содействовать гармоничному развитию творческой личности учащегося;
- развивать чувства гармонии, чувства ритма;
- совершенствовать нравственно – эстетические, духовные и физические потребности; *в области физической подготовки -*
- развивать гибкость, координацию движений;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- укреплять физическое и психологическое здоровье;
- развитие опорно-двигательного аппарата;

- формирование постановки корпуса и стопы;
- содействие развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной системы организма.

### **Методическое обеспечение программы:**

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса. Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

### **Принципы дидактики:**

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов современного и бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, и в учебных целях.

### **Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:**

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

### **Приемы:**

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

## 2.Содержание программы

На первом этапе обучения, происходит включение в программу знаний по музыке, уроков ритмики. Музыка для учащихся становится возможностью выразить себя, найти свою музыку для души. Сегодня образцом для подражания становятся исполнители часто звучащие в эфире. Уроки ритмики раскрывают перед обучающимися иные грани музыки достойные внимания. Целью занятия ритмикой является развитие слуха, чувства ритма, формирование музыкального восприятия и представлений о выразительных средствах музыки.

Особенностью обучения становится постановочная работа. В программу вводится новая форма постановок, это работа над танцами малых форм и социальными номерами, творческими индивидуальными и подгрупповыми номерами.

За первый этап обучения (5 классы) приобретают определенный баланс знаний, который они будут раскрывать, активизировать на занятии с элементами импровизации. Данные занятия раскроют способности сударынь, помогут выразить и заявить о своем «Я», тем самым утвердить свое положение в современном мире. Главная задача занятия, уметь выразить свои ощущения, используя язык хореографии, литературы и изобразительного искусств, и содействие личностному и профессиональному самоопределению учащихся.

Также сударыням интересно узнать о новых танцевальных направлениях, о жизни выдающихся балерин, балетмейстеров или популярных танцевальных групп. Учитывая это, в программу включен новый момент занятия – беседы.

На втором, третьем, четвёртом и пятом этапе обучения (6-9 классы) программа нацелена на расширение знаний о музыке, хореографии и на усовершенствование хореографического мастерства, развитие творческого мышления и логики. Включен новый момент урока – творческая импровизация на современный этюд, обучающиеся пробуют выразить себя в новом качестве «Я - хореограф».

Танцы, входящие в программу из года в год, могут меняться по мере того, как меняется стиль, мода и появляются новые популярные направления в хореографии.

### 5 класс

| № занятия | Содержание занятия  | Форма проведения занятия |
|-----------|---|--------------------------|
| 1         | Правила техники безопасности.<br>Правила поведения на занятиях.<br>Особенности внешнего вида учащегося.<br>Знакомство с одним из видов искусства – хореографией и содержанием программы. Общеразвивающие упражнения | беседа                   |
| 2         | Музыкальная грамота.<br>Элементы музыкальной грамоты.<br>Слушание музыки.<br>Понятие темп и ритм.   | беседа                   |
|           | Определение сильной и слабой доли такта в музыке.<br>Сильная доля   |                          |

|   |  |  |
|---|--|--|
| 3 | Ритмика. Что такое ритмика?<br>Роль ритмики в повседневной жизни человека.<br>Слушание и разбор в танцевальной музыке.<br>Ритмичное исполнение характерных движений под различные мелодии  | беседа, практическое занятие                       |
| 4 | Энциклопедия танца. Балет от истоков. Что такое хореография? Современное хореографическое искусство.<br>5 выдающихся российских балерин - эталон в мировом балете: Анна Павлова, Галина Уланова, Ольга Лепешинская, Майя Плисецкая, Людмила Семеняка | беседа, защита мини-проектов, практическое занятие |
| 5 | Бальные танцы.<br>Чемпионат мира по европейским танцам среди профессионалов. Роланд Мадер и Франциска Трибе-   | защита мини-проекта, практическое занятие          |

|    |   |                              |
|----|---|------------------------------|
|    | Мадер.<br>Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.<br>Развитие бального танца  |                              |
| 6  | Игрогимнастика.<br>Основные позиции рук и ног классического танца.<br>Знакомство с ориентировкой в пространстве   | обучающее занятие            |
| 7  | Партерная гимнастика.<br>Основные элементы партерного экзерсиса:<br>напряжение и расслабление мышц в положении лежа,<br>упражнения для улучшения гибкости шеи, упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника,<br>упражнения для улучшения подвижности коленных суставов,<br>упражнения для растяжки и формирования танцевального шага,<br>упражнения для исправления осанки.<br>Постановка корпуса | обучающее занятие            |
| 8  | Знакомство с рисунком танца «Венский вальс».<br>Элементы бального танца «Венский вальс».<br>Постановка композиции.<br>Движения на развитие координации.<br>Упражнения для улучшения гибкости.<br>Разучивание движений   | практическое занятие         |
| 9  | Исполнение образно-игровых движений.<br>Образ, настроение, состояние в танце «Венский вальс»  | практическое занятие         |
| 10 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции   | беседа, практическое занятие |
| 11 | Разминка.<br>Исполнение простейших танцевальных элементов танца   | практическое занятие         |

|    |   |                              |
|----|---|------------------------------|
|    | «Венский вальс».<br>Совместная деятельность при воплощении музыкальных образов  |                              |
| 12 | Исполнение танца «Вальс»  | практическое занятие         |
| 13 | Торжественный танец-шествие «Полонез».<br>Стиль, торжественность и величие «короля маршей».<br>Историко-бытовой танец.<br>О развитии бального танца | беседа, практическое занятие |
| 14 | Элементы историко-бытового танца «Полонез».<br>Простейшие фигуры в танцах.<br>Разучивание движений танца  | практическое занятие         |
| 15 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции             | беседа, практическое занятие |
| 16 | Постановка корпуса.<br>Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия.<br>Позиции ног в классическом стиле. Основные понятия.                   | практическое занятие         |
| 17 | Подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций.<br>Понятие о рабочей и опорной ноге.   | практическое занятие         |

|    |  |                              |
|----|--|------------------------------|
|    | Основные танцевальные точки, шаги.<br>Разучивание танцевальных шагов.  |                              |
| 18 | Исполнение танца «Полонез»   | практическое занятие         |
| 19 | Рождение и становление музыкального стиля. История развития спортивного и дискотечного танца «Рок-н-ролл».<br>Простейшие фигуры в танце.<br>Разучивание движений танца   | беседа, практическое занятие |
| 20 | Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Разучивание основных движений танца  | практическое занятие         |
| 21 | Занятные факты о рок-музыке.<br>Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.<br>Умения быстро менять направление и характер движения.<br>Ритмический рисунок | беседа, практическое занятие |
| 22 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции                                  | беседа, практическое занятие |
| 23 | Исполнение танца «Рок-н-ролл»  | практическое занятие         |
| 24 | История не народного греческого танца «Сиртаки».<br>Простейшие фигуры в танце.<br>Разучивание движений танца.  | беседа, практическое занятие |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 25 | Синхронность и координация танцевальных движений.<br>Основные танцевальные точки, шаги.<br>Диагональ, середина.<br>Разучивание танцевальных шагов           | практическое занятие                      |
| 26 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции                     | беседа, практическое занятие              |
| 27 | Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.<br>Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии                                | практическое занятие                      |
| 28 | Умения быстро менять направление и характер движения.<br>Ритмический рисунок.<br>Пластичная гимнастика  | практическое занятие                      |
| 29 | Исполнение танца «Сиртаки»  | практическое занятие                      |
| 30 | История и особенности популярного латиноамериканского танца «Ча-ча-ча».<br>Танцор международного класса Евгений Папунаишвили.<br>Простейшие фигуры в танце. | защита мини-проекта, практическое занятие |
| 31 | Основные элементы кубинского народного танца «Чача-ча».<br>Разучивание движений танца   | практическое занятие                      |
| 32 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции                     | беседа, практическое занятие              |
| 33 | Работа в паре.<br>Упражнения на синхронность.<br>Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки   | практическое занятие                      |
| 34 | Денни Бернс, Гейнор Фейвезэр – чемпионы Мира по Профессиональным Латинским Танцам.<br>Исполнение танца «Ча-ча-ча»   | защита мини-проекта, практическое занятие |
| 35 | Игры под музыку. Итоговое занятие   | практическое занятие                      |

## 6 класс

| № занятия | Содержание занятия | Форма проведения занятия |
|-----------|--------------------|--------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------|

|   |  |                                 |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | <p>Организационное занятие.<br/>Содержание и форма занятий.<br/>Внешний вид, костюм для занятий.<br/>Роль подготовки к занятиям.</p>   | беседа                          |
|   | <p>Дисциплина на занятиях.<br/>Режим занятий.<br/>Инструктаж по технике безопасности.<br/>Творческие планы</p>   |                                 |
| 2 | <p>Музыкальная грамота.<br/>Звезды советского балета.<br/>Уникальный дуэт Владимир Васильев – Екатерина Максимова.<br/>Примы и премьеры Большого Театра.<br/>Николай Цискаридзе.<br/>Мария Александрова.<br/>Светлана Захарова.<br/>Евгения Образцова.<br/>Екатерина Шипулина.<br/>Екатерина Крысанова. Нина Капцова</p> | беседа,<br>защита мини-проекта  |
| 3 | <p>Звезды, ставшие популярными после Большого Театра.<br/>Анастасия Волочкова.<br/>Алиса Хазанова.<br/>Николай Басков.<br/>Александр Фадеев (Данко)</p>  | беседа,<br>защита мини-проекта  |
| 4 | <p>Молодые звезды балета.<br/>Сергей Полунин. Наталья Осипова.<br/>Иван Васильев. Мария Виноградова.<br/>Леонид Сарафанов. Олеся Новикова.<br/>Артем Овчаренко. Анна Тихомирова</p>  | беседа, защита мини-проекта     |
| 5 | <p>Латиноамериканские бальные танцы.<br/>История возникновения танца «Джайв».<br/>«Джайв» - синкопа африканской души.<br/>«Джайв» - разновидность свинга со свободными движениями.<br/>Работа над манерой и техникой исполнения танца «Джайв»</p>  | беседа,<br>практическое занятие |
| 6 | <p>Основной шаг танца «Джайв».<br/>Разучивание перехода в паре.<br/>Разучивание раскрытия, закрытия.<br/>Смена мест справа-налево по одному в парах и наоборот.<br/>Смена рук за спиной по одному и в парах.<br/>Простейшие фигуры в танце «Джайв».<br/>Отработка проученных элементов танца «Джайв»</p>                 | практическое занятие            |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 7  | <p>Просмотр видеокассет, дисков.<br/>         Общеразвивающие упражнения.<br/>         Разучивание движений танца «Джайв».<br/>         Отработка сложных движений.<br/>         Изучение рисунка танцевальной композиции</p>  | беседа, практическое занятие                         |
| 8  | <p>Общеразвивающие упражнения.<br/>         Ритмико-гимнастические упражнения.<br/>         Отработка основного движения танца.<br/>         Работа над композицией в танце «Джайв»</p>  | практическое занятие                                 |
| 9  | Исполнение танца «Джайв»   | практическое занятие                                 |
| 10 | <p>История возникновения танца «Самба».<br/>         Виды танца «Самба». Ламбада. Макарена.<br/>         Бразильский танец, символ национальной идентичности бразильцев.<br/>         Бразильский карнавал.<br/>         Яркое сочетание ритмов Африки и Средневековой Европы.</p> | беседа,<br>защита мини-проекта                       |
| 11 | <p>Задор, интрига танца.<br/>         Темперамент, игривость, чувственность танца.<br/>         Элементы бального танца «Самба».<br/>         Разучивание основных движений танца.</p>   | практическое занятие                                 |
| 12 | <p>Просмотр видеокассет, дисков.<br/>         Общеразвивающие упражнения.<br/>         Отработка сложных движений.<br/>         Изучение рисунка танцевальной композиции</p>   | беседа, практическое занятие                         |
| 13 | <p>Танец жизни, веселья и счастья.<br/>         Исполнительница самбы Кармен Миранда.<br/>         Шаги. Позиции.<br/>         Разучивание движений танца</p>  | беседа,<br>практическое занятие                      |
| 14 | Исполнение танца «Самба»   | практическое занятие                                 |
| 15 | <p>Загадочный танец «Танго».<br/>         Виды «Танго».<br/>         Аргентинское танго. Финское танго. Бальное танго.<br/>         Особенности черты танго.<br/>         Дмитрий Васин и Сагдиана Хамзина – чемпионы мира по Аргентинскому танго.</p>                             | беседа, защита мини-проекта,<br>практическое занятие |
| 16 | <p>Элементы бального танца «Танго».<br/>         Шаги. Позиции.<br/>         Разучивание движений танца</p>  | практическое занятие                                 |
| 17 | <p>Просмотр видеокассет, дисков.<br/>         Общеразвивающие упражнения.<br/>         Отработка сложных движений.</p>   | беседа, практическое занятие                         |
| 18 | <p>Ритмико-гимнастические упражнения.<br/>         Изучение рисунка танцевальной композиции<br/>         Разучивание основного движения танца</p>  | практическое занятие                                 |
| 19 | Самая титулованная пара России Тимохин Дмитрий и   | беседа,  |

|    |   |  |
|----|---|--|
|    | Анна Безикова.<br>Вечернее танго в Буэнос-Айресе.<br>Исполнение танца «Танго»   | защита мини-проекта,<br>практическое занятие |
| 20 | История возникновения танца в стиле «Твист».<br>Шаги. Позиции.<br>Разучивание движений танца  | беседа,<br>практическое занятие              |
| 21 | Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца  | практическое занятие                         |
| 22 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.   | беседа, практическое<br>занятие              |
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца  | практическое занятие                         |
| 24 | Исполнение танцевальной композиции в стиле «Твист».<br>Калейдоскоп фильмов с композициями в стиле «Твист»   | беседа, практическое<br>занятие              |
| 25 | Историко-бытовой танец «Полька».<br>История возникновения танца «Полька».<br>Элементы историко-бытового танца «Полька».<br>Элементы танца «Кадетская полька». | беседа, практическое<br>занятие              |
| 26 | Разучивание основного шага польки вперед.<br>Разучивание основного шага польки назад.<br>Отработка основного шага польки.<br>Работа в паре над шагом польки.  | практическое занятие                         |
| 27 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции                       | беседа, практическое<br>занятие              |
| 28 | Разучивание шага польки с подскоком.<br>Разучивание шага польки с простым шагом.<br>Композиции из пройденных движений.  | практическое занятие                         |
| 29 | Исполнение танца «Кадетская полька».<br>Изучение ритмически простых линейных и парных танцев.   | беседа, практическое<br>занятие              |
| 30 | Современный танцевальный этюд.<br>Современные танцевальные зарисовки.<br>Постановочная и репетиционная работа   | беседа, практическое<br>занятие              |
| 31 | Этюдная работа.<br>Понятие пантомима.<br>Пластика животных.<br>Исполнение танцевальных этюдов под веселую музыку.<br>Игры                                     | беседа, практическое<br>занятие              |

|    |  |                              |
|----|--|------------------------------|
| 32 | Образные танцы.<br>Значение образа в танце.<br>Игры на определение характера.<br>Театрализация и танец.<br>Разыграй сказку | беседа, практическое занятие |
| 33 | Костюмированный праздник «Путешествие в мир танца»   | практическое занятие         |
| 34 | Просмотр спектакля   | экскурсия                    |
| 35 | Игры под музыку.<br>Итоговое занятие   | практическое занятие         |

**7 класс**

| <b>№ занятия</b> | <b>Содержание занятия</b>   | <b>Форма проведения занятия</b> |
|------------------|---|---------------------------------|
| 1                | Организационный урок.<br>Объяснение целей и задач программы.<br>Знакомство с правилами техники безопасности.<br>Беседа о культуре поведения, внешнем виде на занятиях.<br>Общеразвивающие упражнения  | беседа                          |
| 2                | Музыкальная грамота.<br>10 величайших танцоров XX века.<br>Вацлав Нижинский. Марта Грэм. Жозефина Бейкер.<br>Джин Келли. Сильви Гиллем. Майкл Джексон. Хоакин Кортес. Фред Астин и Джинджер Роджерс. Михаил Барышников. Рудольф Нуриев  | беседа,<br>защита мини-проекта  |
| 3                | Мировое хореографическое искусство.<br>Звезды мирового балета.<br>Марион Дино, Люсия Лакарра (Баварский государственный балет, Мюнхен); Тьяго Бордин, Джон Ноймайер (Гамбургский балет); Алисия Амастриэн   | беседа,<br>защита мини-проекта  |
| 4                | Мировое хореографическое искусство.<br>Звезды мирового балета.<br>Джейсон Райли (Штутгартский балет); Жюльен Фавро (балет Бежара); Королевский театр Ковент-Гарден; Дэвид Холберт (Театр американского балета)  | беседа, защита мини-проекта     |
| 5                | История возникновения бального танца «Румба».<br>Латиноамериканская программа бальных танцев.<br>Музыкальное и танцевальное направление на Кубе в начале 19 века.<br>Испанские мотивы и африканские ритмы.<br>Английский учитель танцев Пьер Лавелл.<br>3 разновидности Кубинского варианта танца «Румба»<br>rumba Yambu, rumba Columbia и rumba Guaguanco. | беседа, защита мини-проекта     |

|    |  |                              |
|----|--|------------------------------|
| 6  | Манера и техника исполнения основных шагов.<br>Шаги на счет 2,3,4.<br>Сгибание и выпрямление коленей, между счетом повороты.<br>Шаги с носка, вес корпуса впереди.<br>Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца | практическое занятие         |
| 7  | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции  | беседа, практическое занятие |
| 8  | Движения плечами и боками в танце.<br>Элементы сельской кубинской румбы «гуарача» и кубинского «болеро». Ход вперед.<br>Ход назад  | практическое занятие         |
| 9  | Исполнение бального танца «Румба»  | практическое занятие         |
| 10 | Элементы бального танца «Чарльстон».<br>Разучивание основных движений, основного шага для  | практическое занятие         |

|    |  |                              |
|----|--|------------------------------|
|    | танца «Чарльстон».<br>Разучивание чарльстона с продвижением в сторону, вперед, назад.<br>Разучивание «Чарльстон с поворотом»   |                              |
| 11 | Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца   | практическое занятие         |
| 12 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции  | беседа, практическое занятие |
| 13 | Отработка проученного материала.<br>Работа над манерой исполнения.<br>Разучивание танцевальных композиций из проученных танцевальных движений «Чарльстон».<br>Разучивание танцевальных композиций из проученных элементов, связки в паре.<br>Разучивание движений по рисунку | практическое занятие         |
| 14 | Исполнение бального танца «Чарльстон»  | практическое занятие         |
| 15 | История возникновения парного романтического танца «Фокстрот».<br>Гарри Фокс – участник различных шоу и водевилей в начале 20 века.<br>Европейская программа бальных танцев.<br>Виды фокстрота и их особенности.   | беседа, защита мини-проекта  |

|    |   |                              |
|----|---|------------------------------|
| 16 | <p>Элементы бального танца «Фокстрот».</p> <p>Смена выворотной позиции на параллельную постановку.</p> <p>Американец Морган – «открытый спин-поворот».</p> <p>Андерсон и Жозефина Бредли – «смена направлений», «шаг перо».</p> <p>Френк Форд – «каблучный поворот»</p>     | беседа, практическое занятие |
| 17 | <p>Ритмико-гимнастические упражнения.</p> <p>Изучение рисунка танцевальной композиции</p> <p>Разучивание основного движения танца</p>   | практическое занятие         |
| 18 | <p>Просмотр видеокассет, дисков.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Отработка сложных движений.</p>  | беседа, практическое занятие |
|    | Изучение рисунка танцевальной композиции  |                              |
| 19 | Исполнение бального танца «Фокстрот»  | практическое занятие         |
| 20 | <p>История возникновения парного танца «Квикстеп».</p> <p>Быстрая разновидность фокстрота.</p> <p>Черное ревю Джорджа Уайта в 1922 году.</p> <p>Ziegfield Follies в шоу на сцене под названием "Running Wild" в 1923 году.</p> <p>Жозефина Бейкер в Париже в 1920 году.</p> | беседа, защита мини-проекта  |
| 21 | <p>Основные фигуры квикстепа: шассе и основной шаг.</p> <p>Повороты четвертные, натуральные и обратные.</p> <p>Прыжки, подскоки с поворотами, и витражами вправо и влево, в продвижении, в поворотах, на месте.</p> <p>Синкопированные шаги</p>                             | практическое занятие         |
| 22 | <p>Ритмико-гимнастические упражнения.</p> <p>Изучение рисунка танцевальной композиции</p>   | практическое занятие         |
|    | Разучивание основного движения танца  |                              |
| 23 | <p>Просмотр видеокассет, дисков.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Отработка сложных движений.</p> <p>Изучение рисунка танцевальной композиции</p>  | беседа, практическое занятие |
| 24 | Исполнение танцевальной композиции в стиле «Квикстеп»   | практическое занятие         |
| 25 | <p>История возникновения уличный танцевальный стиль «Хип-хоп».</p> <p>Кул-Херк - один из основателей культуры Хип-хоп.</p> <p>Международный конкурс по Хип-хоп.</p>   | беседа, защита мини-проекта  |
| 26 | <p>Движения танца: прыжки, падения, трюки.</p> <p>Изучение рисунка танцевальной композиции.</p> <p>Разучивание основного движения танца</p>   | практическое занятие         |
| 27 | <p>Ритмико-гимнастические упражнения.</p> <p>Изучение рисунка танцевальной композиции. Отработка основного движения танца</p>   | практическое занятие         |

|    |   |                              |
|----|---|------------------------------|
| 28 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции   | беседа, практическое занятие |
| 29 | Исполнение танцевальной композиции в стиле «Хипхоп»   | практическое занятие         |
| 30 | Современный танцевальный этюд.<br>Постановочная и репетиционная работа.<br>Хореографический этюд.<br>Виды этюдов.<br>Построение этюдов.<br>Особенности стиля, манеры и характера различных танцев | беседа, практическое занятие |
| 31 | Виды этюдов: на развитие техники исполнения; на композиционный рисунок; на актёрское мастерство; на пластику  | беседа, практическое занятие |
| 32 | Орнаментальные (не имеющие содержания) этюды.<br>Тематические этюды.<br>Позы и положения в сольном, парном, массовом танце  | беседа, практическое занятие |
| 33 | «Современные балетные спектакли».<br>Просмотр и обсуждение видеозаписей   | беседа, дискуссия            |
| 34 | Посещение балетного спектакля   | экскурсия                    |
| 35 | Исполнение произведений, выученных за учебный год.<br>Обсуждение выступлений на концертах.<br>Итоговое занятие  | беседа                       |

## 8 класс

| № занятия | Содержание занятия                                  | Форма проведения занятия     |
|-----------|---|------------------------------|
| 1         | Организационный урок.<br>Общеразвивающие упражнения | беседа, практическое занятие |

|   |   |                                |
|---|---|--------------------------------|
| 2 | Музыкальная грамота.<br>Современные балетмейстеры.<br>Эйфман Борис Яковлевич, российский хореограф, балетмейстер.<br>Форсайт Уильям, американский и немецкий артист и балетмейстер.<br>Нормайер Джон, американский и немецкий балетмейстер.<br>Килиан Иржи, чешский танцовщик и хореограф.<br>Начо Дуато, испанский танцовщик и хореограф.<br>Морис Бежар, французский танцовщик и хореограф. | беседа,<br>защита мини-проекта |
| 3 | Современные направления танца.<br>«Контемп»: история, особенности, техники.<br>«Контемп» - танец души, современный сценический танец.<br>Танцевальная композиция «Контемп»  | беседа                         |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца  | практическое занятие           |
| 5 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции   | беседа, практическое занятие   |
| 6 | Закрепление рисунка танцевальной композиции «Контемп» (вертикальный, партер, в паре).<br>Отработка эмоциональных и чувственных танцевальных движений  | практическое занятие           |
| 7 | Исполнение танцевальной композиции «Контемп» во всех техниках (танец на полу, с партнером, в положении стоя)  | практическое занятие           |
| 8 | Танец «Модерн».<br>Современное хореографическое направление из США и Германии в конце 19 в. и начале 20 в. Французский педагог и теоретик сценической хореографии Франсуа Дельсарт. Американская танцовщица Лои Фоллер.<br>Э.Жак-Далькраз<br>Австрийский хореограф Р.Лабан - теоретик танца «Модерн»  | беседа, защита мини-проекта    |
| 9 | Основополагающие принципы данного направления: отказ от канонов в противовес танцу классическому, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца  | беседа, практическое занятие   |

|    |   |                              |
|----|---|------------------------------|
| 10 | Беседа «Модерн-балет».<br>Просмотр видеофрагментов выступлений известных коллективов.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции | беседа, практическое занятие |
| 11 | Истоки зарождения танца Модерн в искусстве Айседоры Дункан, педагога Э. Жака-Далькроза..  |                              |

|    |   |                              |
|----|---|------------------------------|
|    | Напряженность, эмоциональность в исполнении танца «Модерн»  |                              |
| 12 | Исполнение танца «Модерн»   | практическое занятие         |
| 13 | Танцевальная композиция «Джаз-модерн». Джаз-танец: энергичность, жесткие ритмы, напор эмоций, граничащий с агрессией, импульсивностью.<br>Элементы брейк-данса, хип-хопа.<br>Отсутствие стилей, направлений.<br>Джаз-модерн танцевальные па на пальчиках, акробатические трюки  |                              |
| 14 | Разучивание изоляций (голова, плечи, талия, бедра, колени).<br>Разучивание упражнений «Спираль», «Волна», «Ступенчатое расслабление», упражнений «Припадание», «Бамы», «Маятник», «Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпадbattement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч». | практическое занятие         |
| 15 | Просмотр видеокассет, дисков.   | беседа, практическое занятие |
|    | Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции  |                              |
| 16 | Шаги, проходки по рисунку.<br>Джаз-разминка.<br>Разучивание изоляций.<br>Упражнения для бедер, круговые, полукруги, покачивание, восьмерки.   | практическое занятие         |
| 17 | Исполнение танцевальной композиции «Джаз-модерн»  | практическое занятие         |
| 18 | Просмотр спектакля современной хореографии и пластики   | практическое занятие         |

|    |  |                                 |
|----|--|---------------------------------|
| 19 | Свободные танцы (пластические, ритмопластические).<br>Движение за освобождение от конвенциональности<br>прежнего балетного театра и слияние танца с жизнью.<br>История возникновения свободного танца.<br>Исидора Дункан. Школа Эмиля Жака Далькрода.<br>Рудольф Штайнер. Эвритмия. Мерс Каннингем, Мэри<br>Вигман, Марта Грэхем | беседа, защита мини-<br>проекта |
| 20 | Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца   | практическое занятие            |
| 21 | Произвольные импровизированные танцевальные<br>движения (стоя, сидя, лежа).<br>Отражение внутренней психической жизни человека и его<br>взаимоотношений с окружающим миром.  | практическое занятие            |
| 22 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции  | беседа, практическое<br>занятие |
| 23 | Исполнение свободных танцев  | практическое занятие            |
| 24 | Массовые современные танцы. Элементы<br>диско-танца  | беседа, практическое<br>занятие |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения.<br>Упражнения на координацию.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции<br>Разучивание основного движения танца   | практическое занятие            |
| 26 | Просмотр видеокассет, дисков.<br>Общеразвивающие упражнения.<br>Отработка сложных движений.<br>Изучение рисунка танцевальной композиции  | беседа, практическое<br>занятие |
| 27 | Исполнение диско-танца   | практическое занятие            |
| 28 | Лучшие танцевальные коллективы России.<br>Балет «Тодес».<br>Шоу балет «Dancity», профессиональный телевизионный<br>балет.<br>Экстрим Шоу «Урбанс».<br>Танцевальное шоу «Valery»  | беседа, защита<br>мини-проекта  |
| 29 | Импровизации на темы современной музыки (соло)   | практическое занятие            |
| 30 | Профессиональные хореографические коллективы в<br>России.<br>Государственный академический ансамбль народного<br>танца имени Игоря Моисеева.<br>Государственный академический хореографический<br>ансамбль «Березка».<br>Экцентрик-балет Сергея Смирнова.<br>Профессиональное шоу-балет «Ликк»                                   | беседа, защита<br>мини-проекта  |

|    |  |                               |
|----|--|-------------------------------|
| 31 | Беседы о современном хореографическом искусстве.<br>Словарь терминов.<br>Интеллектуальная игра.<br>Кроссворды, ребусы, викторина | творческие задания по группам |
| 32 | Посещение музыкального спектакля   | экскурсия                     |
| 33 | Танцевальное искусство.<br>Тест.<br>Подготовка флешмоба. Итоговое занятие  |                               |
| 34 | Репетиция изученных танцев.<br>Закрепление флешмоба.<br>Соединение движений в единый танец.<br>Подготовка костюмов и декораций.  | практическое занятие          |
| 35 | Показ флешмоба. Итоговое занятие   | практическое занятие          |

## 9 класс

| № занятия | Содержание занятия   | Форма проведения занятия     |
|-----------|--|------------------------------|
| 1         | Исторический бальный танец XX века. Изучение основных элементов танцев данной эпохи. Повтор основных элементов позиции ног и рук. Знакомство с наиболее типичными формами исторического танца данной эпохи, его элементами и манерой исполнения. | беседа, практическое занятие |
| 2         | Влияние афроамериканской и латиноамериканской культуры на европейскую культуру танца. Значение афро и латиноамериканской культуры.<br>Предпочтение классных коллективных занятий   | беседа, прослушивание        |

|   |   |                      |
|---|---|----------------------|
|   | индивидуальным занятиям дома. Прослушивание музыкальных произведений данной эпохи.  |                      |
| 3 | Возрастание роли джазового танца в жизни общества. Роль моды. Роль и влияние моды на манеру исполнения танцев.  | дискуссия            |
| 4 | Шотиш – шотландская кадрили, общая характеристика танца, музыкальный размер, основные движения. Ритмические упражнения и движения. Основные   | практическое занятие |
|   | движения бытового танца. Поклоны. Элементы исторического танца. Основные положения рук. Положение головы, корпуса. Учебная комбинация. Осознание необходимости учения. Изучение основные движения |                      |
| 5 | Изучение элементов и комбинаций массового танца. Изучение основных движений и элементов танца   | практическое занятие |

|    |   |                                     |
|----|---|-------------------------------------|
| 6  | Постановка шотландской кадрили - шотиш. Изучение основных движений  | практическое занятие                |
| 7  | Американский танец «Фокстрот» – танец 20 годов в Европе. Повтор основных движений, сравнение танцевальных направлений, форм исполнения.   | практическое занятие                |
| 8  | Изучение элементов и комбинаций массового танца. Изучение основных движений   | практическое занятие                |
| 9  | Шаг-баланс вперёд, шаг-баланс назад. Работа в паре. Ритмические упражнения и движения. Основные движения бытового танца.  | практическое занятие                |
| 10 | Ритмический танец. Ритм-данс. Варианты основного шага, четвертные повороты. Ритмические упражнения и движения. Основные движения бытового танца. Осознание необходимости учения. Анализ и сравнение с изученными движениями, манерой исполнения, стилем.    | беседа, практическое занятие        |
| 11 | Тройной ход. Ход перо вперёд, назад. Правый поворот. Ритмические упражнения и движения. Основные движения бытового танца. Формирование учебных мотиваций. Формирование установки на здоровый образ жизни. Поиск материала о развитии танцевального костюма. | беседа, практическое занятие        |
| 12 | Левый поворот. Телемарк. Внешний свивл. Импетус поворот. Основные движения, работа в паре. Осознание необходимости учения. Изучение основных движений   | практическое занятие                |
| 13 | Репетиция танца на сцене. Танец шотиш и медленный фокстрот. Элементы танца. Основные положения рук. Положение головы, корпуса. Учебная комбинация. Прослушивание музыкальных произведений данной эпохи.   | практическое занятие, прослушивание |
| 14 | Изучение элементов и комбинаций массового танца. Изучение основных элементов танца. Осознание необходимости учения. Изучение танцевальных движений.   | беседа, практическое занятие        |
| 15 | Чарльстон – один из модных танцев XX века. Повтор основных элементов танцев XX века. Формирование учебных мотиваций. Формирование установки на здоровый образ жизни. Изучение основных движений   | беседа, практическое занятие        |

|    |  |                      |
|----|--|----------------------|
| 16 | Основные положения в паре и соединение рук. Изучение основных элементов танцев XX века. Изучение основных движений | практическое занятие |
| 17 | Основные и подготовительные движения танца   | практическое занятие |
|    | чарльстон. Изучение основных элементов танцев XX века. Осознание необходимости учения. Изучение основных движений  |                      |

|    |   |                              |
|----|---|------------------------------|
| 18 | Массовый танец. Изучение элементов и комбинаций массового танца. Танцевальная азбука. Эпоха и танец. Костюм и украшения. Элементы танца. Учебная комбинация. Ритмические упражнения и движения. Овладение основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и мелкогрупповая. | практическое занятие         |
| 19 | Изменение в костюме. Рок-н-ролл, Линди-хоп. Основные движения, положение в паре. Исторический бальный танец середины XX века.   | беседа                       |
| 20 | Краткая характеристика танцев рок-н-ролл, линди-хоп. Бальный танец данной эпохи и его значение. Прослушивание музыкальные произведения данной эпохи.  | беседа,<br>прослушивание     |
| 21 | Связь бытовой хореографии и сценической. Их схожесть в данный период. Что такое сценическая хореография? Чем отличается бытовая хореография от сценической? Формирование учебных мотиваций. Формирование установки на здоровый образ жизни. Поиск материала об изменении танцевального костюма.   | беседа                       |
| 22 | Массовый танец. Изучение элементов и комбинаций массового танца. Танцевальная азбука. Повторение пройденного материала Элементы танца. Учебная комбинация. Осознание необходимости учения. Изучение основных движений в ансамбле, в парах.  | практическое занятие         |
| 23 | Репетиция на сцене. Подготовка репертуара.  | практическое занятие         |
| 24 | Русский бальный танец. Бальная хореография, построенная на элементах русской пляски. Русская бальная хореография для широкого исполнения танцев в быту. Осознание необходимости учения. Изучение основных движений в ансамбле, в парах.   | беседа, практическое занятие |
| 25 | Бальная кадрили – «Сударушка» Элементы танца. Ритмические упражнения и движения.  | практическое занятие         |
| 26 | «Сударушка»: положение в паре, рисунок. Учебная комбинация. Предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома. Изучение основных движений в ансамбле, в парах.  | беседа, практическое занятие |
| 27 | Массовый танец. Изучение элементов и комбинаций массового танца. Повторение пройденного материала Элементы танца. Учебная комбинация. Подготовка репертуара. Овладение основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и мелкогрупповая.                                    | практическое занятие         |

|    |   |                               |
|----|---|-------------------------------|
| 28 | Изучение и закрепление танцевальной композиции. Работа над качеством исполнения изученного материала. Исторический обзор о возникновении и развитии бального танца в России.  | беседа, практическое занятие  |
| 29 | «Русский лирический». Исторические факты танцевальной отечественной культуры. Осознание необходимости учения. Анализ полученной информации  | беседа, практическое занятие  |
| 30 | Основные движения, композиция, положение в паре. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и мелкогрупповая.   | беседа, защита мини-проекта   |
| 31 | Репетиция на сцене, подбор репертуара. Овладение основными элементами танца, стилем и манерой исполнения. Формирование учебных мотиваций. Формирование установки на здоровый образ жизни. Изучение основных движений в ансамбле, в парах. | творческие задания по группам |
| 32 | «Сибирская полечка». Роль массового бального танца в жизни. Место русского танца в бальном направлении. Виды русского бального танца. Изучение основных движений в ансамбле, в парах  | творческие задания по группам |
| 33 | Массовый танец. Изучение элементов и комбинаций массового танца. Повторение пройденного материала. Элементы танца. Основные положения рук. Основные движения.   | творческие задания по группам |
| 34 | Предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома. Изучение основных движений в ансамбле, в парах.  | практическое занятие          |
| 35 | Работа над техникой исполнения танцевальных движений. Учебная комбинация. Подготовка репертуара.  | практическое занятие          |

#### **4. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** изучения курса являются:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- сформированность ценности здорового образа жизни;
- уважение к истории культуры своего Отечества;
- способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры.

**Метапредметными результатами** изучения курса являются:

Регулятивные (учебно-организационные):

- умение самостоятельно контролировать своё время и управлять им; умение прилагать волевые усилия и преодолевать трудности; □ оценивание своих возможностей.

Познавательные:

- осуществление поиска информации; □ умение давать определение понятиям;
- умение делать умозаключения и выводы.

Коммуникативные:

- формулирование собственного мнения и позиции;
- работа в группе — установление рабочих отношений;
- в процессе коммуникации достаточно точная, последовательная и полная передача партнёру необходимой информации как ориентир для построения действия.

### **Организация образовательного процесса**

Основная форма образовательной работы с девочками: музыкально – тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждой сударыни.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкальноритмические упражнения, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. С девочками проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях сударыни получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие просторного зала для занятий ритмикой и танцем;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- аккомпанемент (пианино);
- музыкальная аппаратура (музыкальный центр, магнитофон), аудиозаписи, CD записи;
- специальная форма и обувь для занятий: гимнастический купальник, юбка, белые носки, чешки;

#### 4.Календарно -тематическое планирование

5 класс

| № занятия | Тема   | Количество часов | Дата |
|-----------|--|------------------|------|
| 1         | Правила техники безопасности   | 1                |      |
| 2         | Музыкальная грамота  | 1                |      |
| 3         | Ритмика.   | 1                |      |
| 4         | Современное хореографическое искусство                                 | 1                |      |
| 5         | Бальные танцы  | 1                |      |
| 6         | Игрогимнастика   | 1                |      |
| 7         | Партерная гимнастика   | 1                |      |
| 8         | Знакомство с рисунком танца «Венский вальс»                            | 1                |      |
| 9         | Исполнение образно-игровых движений                                    | 1                |      |
| 10        | Просмотр видеокассет, дисков   | 1                |      |
| 11        | Разминка   | 1                |      |
| 12        | Исполнение танца «Вальс»   | 1                |      |
| 13        | Торжественный танец-шествие «Полонез»                                  | 1                |      |
| 14        | Элементы историко-бытового танца «Полонез»                             | 1                |      |
| 15        | Просмотр видеокассет, дисков   | 1                |      |
| 16        | Постановка корпуса   | 1                |      |
| 17        | Подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций          | 1                |      |
| 18        | Исполнение танца «Полонез»   | 1                |      |
| 19        | Рождение и становление музыкального стиля                              | 1                |      |
| 20        | Ритмико-гимнастические упражнения                                      | 1                |      |
| 21        | Занятные факты о рок-музыке  | 1                |      |
| 22        | Просмотр видеокассет, дисков   | 1                |      |
| 23        | Исполнение танца «Рок-н-ролл»  | 1                |      |
| 24        | История не народного греческого танца «Сиртаки»                        | 1                |      |
| 25        | Синхронность и координация танцевальных движений                       | 1                |      |
| 26        | Просмотр видеокассет, дисков   | 1                |      |
| 27        | Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку       | 1                |      |
| 28        | Умения быстро менять направление и характер движения                   | 1                |      |
| 29        | Исполнение танца «Сиртаки»   | 1                |      |
| 30        | История и особенности популярного латиноамериканского танца «Ча-ча-ча» | 1                |      |
| 31        | Основные элементы кубинского народного танца «Ча-ча-ча»                | 1                |      |
| 32        | Просмотр видеокассет, дисков   | 1                |      |

|    |                             |   |  |
|----|-----------------------------|---|--|
| 33 | Работа в паре               | 1 |  |
| 34 | Исполнение танца «Ча-ча-ча» | 1 |  |
| 35 | Итоговое занятие            | 1 |  |

### 6 класс

| <b>№ занятия</b> | <b>Тема</b>                                       | <b>Количество часов</b> | <b>Дата</b> |
|------------------|---|-------------------------|-------------|
| 1                | Организационное занятие                           | 1                       |             |
| 2                | Музыкальная грамота                               | 1                       |             |
| 3                | Звезды, ставшие популярными после Большого Театра | 1                       |             |
| 4                | Молодые звезды балета                             | 1                       |             |
| 5                | Латиноамериканские бальные танцы                  | 1                       |             |
| 6                | Основной шаг танца «Джайв»                        | 1                       |             |
| 7                | Просмотр видеокассет, дисков                      | 1                       |             |
| 8                | Общеразвивающие упражнения                        | 1                       |             |
| 9                | Исполнение танца «Джайв»                          | 1                       |             |
| 10               | История возникновения танца «Самба»               | 1                       |             |
| 11               | Элементы бального танца «Самба»                   | 1                       |             |
| 12               | Просмотр видеокассет, дисков                      | 1                       |             |
| 13               | Разучивание движений танца «Самба»                | 1                       |             |
| 14               | Исполнение танца «Самба»                          | 1                       |             |
| 15               | Загадочный танец «Танго»                          | 1                       |             |
| 16               | Элементы бального танца «Танго»                   | 1                       |             |
| 17               | Просмотр видеокассет, дисков                      | 1                       |             |
| 18               | Ритмико-гимнастические упражнения                 | 1                       |             |

|    |  |   |  |
|----|--|---|--|
| 19 | Исполнение танца «Танго»                           | 1 |  |
| 20 | История возникновения танца в стиле «Твист»        | 1 |  |
| 21 | Ритмико-гимнастические упражнения                  | 1 |  |
| 22 | Просмотр видеокассет, дисков                       | 1 |  |
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения                  | 1 |  |
| 24 | Исполнение танцевальной композиции в стиле «Твист» | 1 |  |
| 25 | Историко-бытовой танец «Полька»                    | 1 |  |
| 26 | Разучивание основного шага польки вперед           | 1 |  |
| 27 | Просмотр видеокассет, дисков                       | 1 |  |
| 28 | Разучивание шага польки с подскоком                | 1 |  |
| 29 | Исполнение танца «Кадетская полька»                | 1 |  |
| 30 | Современный танцевальный этюд                      | 1 |  |
| 31 | Этюдная работа                                     | 1 |  |
| 32 | Образные танцы                                     | 1 |  |
| 33 | Костюмированный праздник «Путешествие в мир танца» | 1 |  |
| 34 | Просмотр спектакля                                 | 1 |  |
| 35 | Итоговое занятие                                   | 1 |  |

7 класс

| № занятия | Тема  | Количество часов | Дата |
|-----------|---|------------------|------|
| 1         | Организационный урок  | 1                |      |
| 2         | Музыкальная грамота   | 1                |      |
| 3         | Мировое хореографическое искусство                            | 1                |      |
| 4         | Звезды мирового балета  | 1                |      |
| 5         | История возникновения бального танца «Румба»                  | 1                |      |
| 6         | Манера и техника исполнения основных шагов                    | 1                |      |
| 7         | Просмотр видеокассет, дисков                                  | 1                |      |
| 8         | Движения плечами и боками в танце                             | 1                |      |
| 9         | Исполнение бального танца «Румба»                             | 1                |      |
| 10        | Элементы бального танца «Чарльстон»                           | 1                |      |
| 11        | Ритмико-гимнастические упражнения                             | 1                |      |
| 12        | Просмотр видеокассет, дисков                                  | 1                |      |
| 13        | Отработка проученного материала                               | 1                |      |
| 14        | Исполнение бального танца «Чарльстон»                         | 1                |      |
| 15        | История возникновения парного романтического танца «Фокстрот» | 1                |      |
| 16        | Элементы бального танца «Фокстрот»                            | 1                |      |
| 17        | Ритмико-гимнастические упражнения                             | 1                |      |
| 18        | Просмотр видеокассет, дисков                                  | 1                |      |
| 19        | Исполнение бального танца «Фокстрот»                          | 1                |      |
| 20        | История возникновения парного танца «Квикстеп»                | 1                |      |
| 21        | Основные фигуры квикстепа: шассе и основной шаг               | 1                |      |
| 22        | Ритмико-гимнастические упражнения                             | 1                |      |
| 23        | Просмотр видеокассет, дисков                                  | 1                |      |

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 24 | Исполнение танцевальной композиции в стиле «Квикстеп» | 1 |  |
|----|---|---|--|

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 25 | История возникновения уличный танцевальный стиль «Хипхоп» | 1 |  |
| 26 | Движения танца: прыжки, падения, трюки                    | 1 |  |
| 27 | Ритмико-гимнастические упражнения                         | 1 |  |
| 28 | Просмотр видеокассет, дисков                              | 1 |  |
| 29 | Исполнение танцевальной композиции в стиле «Хип-хоп»      | 1 |  |
| 30 | Современный танцевальный этюд                             | 1 |  |
| 31 | Виды этюдов   | 1 |  |
| 32 | Орнаментальные, тематические этюды                        | 1 |  |
| 33 | «Современные балетные спектакли»                          | 1 |  |
| 34 | Посещение балетного спектакля                             | 1 |  |
| 35 | Итоговое занятие  | 1 |  |

• **8 класс**

| <b>№ занятия</b> | <b>Тема</b>  | <b>Количество часов</b> | <b>Дата</b> |
|------------------|--|-------------------------|-------------|
| 1                | Организационный урок   | 1                       |             |
| 2                | Музыкальная грамота  | 1                       |             |
| 3                | Современные направления танца                                | 1                       |             |
| 4                | Ритмико-гимнастические упражнения                            | 1                       |             |
| 5                | Просмотр видеокассет, дисков                                 | 1                       |             |
| 6                | Закрепление рисунка танцевальной композиции «Контемп»        | 1                       |             |
| 7                | Исполнение танцевальной композиции «Контемп»                 | 1                       |             |
| 8                | Танец «Модерн»   | 1                       |             |
| 9                | Основополагающие принципы танцевального направления «Модерн» | 1                       |             |
| 10               | Беседа «Модерн-балет»  | 1                       |             |
| 11               | Истоки зарождения танца Модерн в искусстве                   | 1                       |             |
| 12               | Исполнение танца «Модерн»                                    | 1                       |             |
| 13               | Танцевальная композиция «Джаз-модерн»                        | 1                       |             |
| 14               | Разучивание упражнений                                       | 1                       |             |
| 15               | Просмотр видеокассет, дисков                                 | 1                       |             |
| 16               | Джаз-разминка  | 1                       |             |
| 17               | Исполнение танцевальной композиции «Джаз-модерн»             | 1                       |             |
| 18               | Просмотр спектакля современной хореографии и пластики        | 1                       |             |
| 19               | Свободные танцы  | 1                       |             |
| 20               | Ритмико-гимнастические упражнения                            | 1                       |             |
| 21               | Произвольные импровизированные танцевальные движения         | 1                       |             |
| 22               | Просмотр видеокассет, дисков                                 | 1                       |             |
| 23               | Исполнение свободных танцев                                  | 1                       |             |
| 24               | Массовые современные танцы                                   | 1                       |             |
| 25               | Ритмико-гимнастические упражнения                            | 1                       |             |
| 26               | Просмотр видеокассет, дисков                                 | 1                       |             |
| 27               | Исполнение диско-танца                                       | 1                       |             |

|    |  |   |  |
|----|--|---|--|
| 28 | Лучшие танцевальные коллективы России          | 1 |  |
| 29 | Импровизации на темы современной музыки (соло) | 1 |  |

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 30 | Профессиональные хореографические коллективы в России | 1 |  |
| 31 | Беседы о современном хореографическом искусстве       | 1 |  |
| 32 | Посещение музыкального спектакля                      | 1 |  |
| 33 | Танцевальное искусство. Тест                          | 1 |  |
| 34 | Репетиция изученных танцев                            | 1 |  |
| 35 | Показ флешмоба  | 1 |  |

### 9 класс

| № занятия | Тема  | Количество часов | Дата |
|-----------|---|------------------|------|
| 1         | Исторический бальный танец XX века.   | 1                |      |
| 2         | Влияние афроамериканской и латиноамериканской культуры на европейскую культуру танца. | 1                |      |
| 3         | Возрастание роли джазового танца в жизни общества.                                    | 1                |      |
| 4         | Шотиш – шотландская кадрили   | 1                |      |
| 5         | Изучение элементов и комбинаций массового танца.                                      | 1                |      |
| 6         | Постановка шотландской кадрили - шотиш.   | 1                |      |
| 7         | Американский танец «Фокстрот» – танец 20 годов в Европе.                              | 1                |      |
| 8         | Изучение элементов и комбинаций массового танца.                                      | 1                |      |
| 9         | Шаг-баланс вперёд, шаг-баланс назад. Работа в паре.                                   | 1                |      |
| 10        | Ритмический танец. Ритм-данс.   | 1                |      |
| 11        | Тройной ход. Ход перо вперёд, назад. Правый поворот.                                  | 1                |      |
| 12        | Левый поворот. Телемарк. Внешний свивл. Импетус поворот.                              | 1                |      |
| 13        | Танец шотиш и медленный фокстрот.   | 1                |      |
| 14        | Изучение элементов и комбинаций массового танца.                                      | 1                |      |
| 15        | Чарльстон – один из модных танцев XX века.  | 1                |      |
| 16        | Основные положения в паре и соединение рук.   | 1                |      |
| 17        | Основные и подготовительные движения танца чарльстон.                                 | 1                |      |
| 18        | Эпоха и танец. Костюм и украшения. Элементы танца.                                    | 1                |      |
| 19        | Рок-н-ролл, Линди-хоп.  | 1                |      |
| 20        | Бальный танец данной эпохи и его значение.  | 1                |      |
| 21        | Связь бытовой хореографии и сценической. Их схожесть.                                 | 1                |      |
| 22        | Массовый танец. Танцевальная азбука.  | 1                |      |
| 23        | Репетиция на сцене. Подготовка репертуара.  | 1                |      |
| 24        | Русский бальный танец. Бальная хореография.   | 1                |      |
| 25        | Бальная кадрили – «Сударушка»   | 1                |      |
| 26        | «Сударушка» положение в паре, рисунок.  | 1                |      |
| 27        | Массовый танец. Изучение элементов массового танца.                                   | 1                |      |
| 28        | Изучение и закрепление танцевальной композиции.                                       | 1                |      |
| 29        | «Русский лирический»  | 1                |      |
| 30        | Основные движения, композиция, положение в паре                                       | 1                |      |
| 31        | Репетиция на сцене, подбор репертуара.  | 1                |      |

|    |  |   |  |
|----|--|---|--|
| 32 | «Сибирская полечка»  | 1 |  |
| 33 | Массовый танец. Изучение элементов массового танца.                      | 1 |  |
| 34 | Предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома. | 1 |  |
| 35 | Учебная комбинация. Подготовка репертуара.                               | 1 |  |

## 5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

### Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000.
2. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002.
4. Детский фитнес. М., 2006.
5. «Основы современного танца», М, «Просвещение», 2005
6. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев, выпуск шестой. М., 1981.
7. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 1986.
8. Методика хореографической работы в школе. А. Бондаренко. – Киев, Музыка, 1985.
9. Танцевальная мозаика. С.Л. Слуцкая. – М.: Линка-пресс, 2006.
10. Климов А., «Основы русского народного танца», М, «Просвещение», 1994
11. Луговская А. «Ритмические упражнения, игры, пляски», М, Просвещение», 1991

### ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. [www.dance-city.narod.ru](http://www.dance-city.narod.ru)
2. [www.danceon.ru](http://www.danceon.ru)
3. [www.mon.gov.ru](http://www.mon.gov.ru)
4. [www.tangodance.by](http://www.tangodance.by)
5. [www.youtube.com](http://www.youtube.com)