Подписано электронной цифровой подписью

Сертификат: 05461F6F4E9A874F3485054FC1CF89D5
Владелец: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа имени Л.В. Смирных с. Леонидово
Действителен до 23.03.2024 г.

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ориентированная на достижение результатов определенного уровня
тип программы

«Танцевальный кружок»

срок реализации 1 год

возраст обучающихся 12-17 лет

Кирсанова Т.А.
ФИО составителя

с. Леонидово

2023 год

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- формирование основ гражданской идентичности, своей принадлежности к нации в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю.
- Формирование эстетических ориентаций учащихся, создающих основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма, потребности в творческом самовыражении;
- Формирование правил здорового и безопасного образа жизни;
- Формирование духовно-нравственных оснований;
- Развитие и реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) исполнительства.

Метапредметные результаты:

–Участвовать в жизни социума;

- уметь излагать свои мысли об искусстве хореографии;
- Учить мыслить, запоминать и оценивать культуру своих достижений;
- Выстраивать самостоятельный творческий маршрут общения с хореографическим искусством.

Предметные результаты:

- ✓ - позиции ног, рук классического танца;
- ✓ иметь представление о выворотности как средстве выразительности классического танца;
- ✓ освоить простейшие приемы в исполнении движений по дисциплине классический танец, гимнастика.
- ✓ изобразительные и выразительные хореографические средства классического танца.
- ✓ последовательность исполнения классического экзерсиса у станка и на середине зала.
- ✓ принципы построения классического экзерсиса у станка и на середине зала;
- ✓ последовательность упражнений в классическом экзерсисе;
- ✓ специальную терминологию классического и народного танца.
- ✓

Уметь:

- ✓ выполнять упражнения у станка;
- ✓ уметь исполнять упражнения в соответствии с музыкальным сопровождением;
- ✓ ориентироваться в пространстве класса;
- ✓ уметь выполнять построения (шеренга, колона, линия круг, полукруг, диагональ).
- ✓ выполнять гимнастические упражнения;
- ✓ исполнить танец на основе пройденного материала.
- ✓ ритмически четко и правильно выполнять упражнения у станка и на середине зала.
- ✓ выполнять упражнения в ускоренном темпе.
- ✓ уметь самостоятельно выполнять разминку.
- ✓ знать правила при исполнении гимнастических упражнений.
- ✓ четко и правильно исполнять танцевальные элементы и использовать их в комбинациях;
- ✓ передавать характер элементов.

Учебный план

Название модуля	**Количество часов**
Классический танец	8
Гимнастика	8
Народно-сценический танец	8

Постановочно-репетиционная работа	10

Содержание учебного курса

Модуль «Классический танец»
Экзерсис (Exercice) у станка.
Беседа «Классический танец, как высшая форма современного балета»
1. Постановка корпуса, головы, рук, ног.
2. Позиции ног.
3. Позиции рук.
4. Grandplie по I и II позициям.
5. Battementtendus:
- с demi- plie в I позиции в сторону, вперед, назад;
- с опусканием пятки во II позиции.
6. Battementrelevelent 45 градусов с I позиции в сторону, вперед, назад.
7. Battementtendusjetes с I позиции в сторону, вперед, назад.
8. Preparation длярond de jamb par terre
- endehors;
- en dedans.
9. Rond de jamb par terreendehorsien dedans.
10. Battementsoutenus вперед, в сторону, назад.
11. Позиция ног - V
12. Demi- plie по V позиции.
13. Grand – plie по V позиции.
14. Battementtendu:
- с V позиции в сторону, вперед, назад;
- с опусканием пятки во II позицию с V позиции в IV.
- с demi – plie в V позицию (изучается о втором полугодии).
15. Battementtendujete:
- с demi – plie в I позицию во всех направлениях;
- с V позиции.
16. Battementfondu в сторону, вперед, назад носком в пол.
17. Battementsfrappes в сторону, вперед, назад носком в пол.
18. Подготовкакrond de jambeenl'air.
19. Battementsreleveslent на 45 градусов с V позиции во всех направлениях.
20. Releve на полупальцы по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie.
21. Полуповороты в V позиции к станку и от станка с пременной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног. (изучается во втором полугодии).
Экзерсис (Exercice) на середине зала
1. Demi-plie.
2. Battement tendu.
3. Battement tenduc demi-plie.
4. Passé par terre.
5. Demi-rond de jambe par terreendehorsien dedans.
6. Упражнение для рук.
7. Подготовительное упражнение к battementtendusjete.
8. Подготовительное упражнение к battementtendufrappes
9. Releve.
10. Трамплинные прыжки по I и II позициям.
Модуль – Гимнастика:
1. Упражнения в положении стоя:
- Упражнения для мышц шеи;

- Упражнения для мышц плеча;
- Упражнения для рук и плечевого пояса;
- Упражнения для мышц спины;
- Упражнения для мышц корпуса;
- Упражнения для мышц ног;
- Упражнения для тазобедренного, коленного, голеностопного суставов.
2. Упражнения в положении сидя и лежа:
- Упражнения для мышц ног;
- Упражнения на растягивания мышц живота;
- Упражнения для мышц спины.
3. Элементы растяжки восточных единоборств:
- Я цзянь;
- Чжен я туй;
- Це я туй;
- Шпагат.
4. Корригирующие упражнения при нарушении осанки:
- Упражнения при круглой спине;
- Упражнения при кругло-вогнутой спине;
- Упражнения при плоской спине;
- Упражнения при лордотической осанке;
- Упражнения при сколеотической осанке.
5. Упражнения для развития силовых способностей детей:
- Упражнения для мышц рук и плечевого пояса;
- Упражнения для мышц туловища и пресса;
- Упражнения для мышц спины;
- Упражнения для мышц ног, ягодиц.

Модуль – Народно-сценический танец:

Экзерсис у станка:
1. Demi-plie.
2. Battement tendu.
3. Battement tendujete.
4. Круговращение стопы по полу.
5. Характерный rond de jamb.
6. Дубль-флик вперед, в сторону и назад.
7. Выстукивание № 1.
8. Выстукивание в комбинации с battementtendu.
9. Pas tortilla.
10. Rond de jambe.
11. Ronddejambe в воздухе без вращения стопы опорной ноги и с вращением.
12. Подготовка к веревочке со скачком.
13. Характерный battement fondu.
14. Battement jetebalansoire.

Танцевальные элементы:
- Танцевальные шаги.
- Ходы и проходки.
- Притопы, переступания, перескоки, припадания.
- «Ключи».
- Дроби.
- «Хлопушки».
- Присядки.
- Оригинальные движения (коленца).
- Прыжки.

- Работа с платком.

Танцевальные элементы этюдов:

- По русскому танцу.
- По татарскому танцу.
- По белорусскому танцу.

Модуль – Постановочно-репетиционная работа:

Изучение танцевального номера на «День учителя»
Изучение танцевального номера на «Новый год»
Изучение танцевального номера на «8 Марта»
Изучение танцевального номера на «23 февраля»
Изучение танцевального номера на «День здоровья»
Изучение танцевального номера на «9 мая»
Изучение танцевального номера на «Последний звонок»

Календарно-тематическое планирование
Модуль «Классический танец»

№	Перечень разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия	
1	Введение. Беседа. Диагностика	1	0,5	0,5	Опрос, тестирование
2	Знакомство с классическим танцем	1		1	
3	Знакомство с классическим танцем	1		1	
4	Знакомство с классическим танцем	1	0,5	0,5	Тестирование
5	Подготовка к концерту. Промежуточная аттестация	1		1	Концерт
6	Знакомство с классическим танцем	1		1	
7	Постановочная работа	2	1	1	Отчетный концерт. Экзамен
Модуль «Гимнастика»					
8	Организационное занятие. Диагностика.	1	0,5	0,5	Опрос. Анкетирование.
9	Партерная гимнастика	1		1	
10	Партерная	1		1	

	гимнастика.				
11	Партерная гимнастика.	1		1	
12	Партерная гимнастика.	1		1	Промежуточная аттестация. Тестирование
13	Партерная гимнастика.	1		1	
14	Партерная гимнастика.	1		1	
15	Итоговое занятие. Открытое занятие.	1	0,5	0,5	Открытый урок
Модуль «Народно-сценический танец»					
16	Организационное занятие. Диагностика.	1	0,5	0,5	Опрос. Анкетирование.
17	Народно-сценический танец	1		1	
18	Народно-сценический танец	1		1	
19	Промежуточная аттестация.	1	0,5	0,5	Тестирование
20	Народно-сценический танец	1		1	
21	Народно-сценический танец	1		1	
22	Народно-сценический танец	1		1	
23	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	Экзамен. Концерт. Анкетирование.
Модуль «Постановочно-репетиционная работа»					
24	Организационн	1	0,5	0,5	Опрос.

	ое занятие. Диагностика.				Анкетирование
25	Изучение танцевального номера	1		1	Концерт
26	Изучение танцевального номера	1		1	Концерт
27	Изучение танцевального номера	1		1	Концерт
28	Изучение танцевального номера	1	0,5	0,5	Анкетирование Концерт
29	Изучение танцевального номера	1		1	Концерт
30	Изучение танцевального номера	1		1	Концерт
31	Изучение танцевального номера	1		1	Концерт
32	Изучение танцевального номера	2	0,5	1,5	Отчетный концерт.

Учебно-методическое обеспечение:

1. Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография

Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.

2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.

Материально-технические условия реализации программы:

- спортивный зал;
- аудиоаппаратура;
- гимнастический инвентарь (гимнастические маты, скакалки, обручи, мячи);
- специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (спортивные купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь для народного танца);
- сценические костюмы.

Формы проведения итоговой аттестации в дополнительном образовании: отчетный концерт, участие в конкурсах.

Оценочные материалы: анкеты.

Список литературы

Основная:

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. 9-е изд. стер. – СПБ.: Издательство «Лань». 2007. – 192 с.
2. Базарова Н.Т., Мей В.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения: Учебное пособие. 3-е изд., испр. и доп. – СПБ.: Издательство «Лань», 2006. – 240 с.
3. Устинова Т.А. Лексика 5. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. Изд. 3-е. – М.: Изд. МГУКИ, 2004. – 320 с.
4. Кожевников С.В., Акробатика. – 5-е изд., доп. – М.: Искусство, 2006. – 222 с.
5. Основы подготовки специалистов - хореографов. Хореографическая педагогика: учеб.пособие.- СПб. 2006.- 632с.
6. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. СПб.: «Искусство», 2006.- 223с.
7. Слыханова В.И. Формирование движенческих навыков. ИД «Один из лучших», 2007. 44с.
8. Г.П. Гусев. Методика преподавания народного танца. Этюды: учеб. Пособие для студентов хореограф. Фак. Вузов культуры и искусств.- М.: Гуманитарный. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004. – 232 с.
9. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. 2-е издание.- М., 2007.- 128с.

Дополнительная:

1. Бондаренко С.Г. Мастера сцены – театральной самодеятельности. – М.: Искусство, 1962.
2. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1072.
3. Ермолаева – Томина Л.Б. Психология художественного творчества. – М., 2005.
4. Основы морфологии физиологии организма детей и подростков. / Под ред. А. Маркосяна. – М., 1969.
5. Сорокин Б.Ф. Философия и психология творчества. – Орел, 2000.
6. Тарасова О.Г. Искусство балетмейстера. – ГИТИС, 2001.
7. Тарасов Н. Классический танец. Школа мужского исполнительства. – 2005.