

## Пояснительная записка

Занятия хореографией оказывают положительное влияние на организм детей: профилактика заболеваний сердечно – сосудистой системы; улучшение осанки, силы, гибкости, выносливости, приобретение жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитие двигательной памяти.

Детская хореография способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, делают его психику более пластичной и координированной.

**Цель:** создание условий для развития мотивации формирования навыков танцевальной деятельности и самореализации, личности ребенка через знакомство с видами танцевального искусства.

Для достижения данной цели формируются следующие **задачи:**

Обучающие:

Сформировать технические навыки элементарных танцевальных движений от самых простых до более сложных.

Сформировать умение выражать тему музыкального сопровождения с помощью танцевальных движений.

Развивающие:

Содействие всестороннему гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья учащихся;

Развитие гибкости, ловкости, координации движений;

Воспитывающие:

Воспитание высоких волевых качеств (умение добиваться поставленной цели);

Воспитание морально-этических качеств (уважение друг к другу, умение радоваться успехам другим, взаимопомощи);

Воспитание эстетических качеств (красота движений и музыки, театрализованность танца).

*Задача предмета* привить детям любовь к танцу, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус.

Ведущей *формой организации обучения* является групповая.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к обучающимся. В связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной.

Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к предмету и способствует творческому росту обучающихся.

Требования к уровню подготовки учащихся:

Знать/понимать

- основные теоретические аспекты пройденного материала;
- жанровые и стилистические особенности классического, народного, историко-бытового, современного танца.
- основы правильного дыхания при движении;
- хореографическую нумерацию точек класса;
- основные направления движения;
- что любое танцевальное движение выполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки

Уметь

- использовать пространство класса относительно зрителя;
- координировать работу головы, корпуса, рук и ног;
- распознать и передать движением характер музыки (грустный, весёлый, торжественный);
- импровизировать под любую незнакомую музыку.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- сохранения высокого уровня двигательной активности;
- увеличения гибкости позвоночника, подвижность суставов, эластичности связок и мышц;
- сохранения правильной осанки во время исполнения любого движения;
- сохранения положительного эмоционального состояния.

Программа является основой занятий на уроке, она предусматривает систематическое и последовательное обучение. В программу по хореографии входит изучение элементов классического танца, народно – сценического танца, бального танца.

С первых занятий у детей должна активизироваться связь между музыкой и движением, они должны понять и уяснить простые *правила*, которые необходимы на уроках ритмики и хореографии:

- а) музыка – хозяйка на занятиях, она руководит в музыкальных упражнениях и самостоятельной работе;
- б) музыку нужно «беречь», во время звучания нельзя шуметь, говорить, без музыки не разрешается двигаться;
- в) музыку надо слушать сначала до конца, начинать двигаться с началом музыки и прекращать движение с окончанием звучания.

В каждом уроке проходит слушание музыки, учебно-тренировочная и постановочная работа, импровизация.

Данная рабочая программа рассчитана на 68 учебных часов из расчета 2 часа в неделю в 5 классе и 68 учебных часов в 6 классе.

## Учебно-тематический план

5 класс

№ п/ п	Тема занятия	Кол-во часов	
		Теория	Практика
	<b><i>Ритмика введение.</i></b>		
1	Элементы музыкальной грамоты. Ритмические упражнения.	1	
2	Построения и перестроения. Слушание и разбор в танцевальной музыке.		1
3	. Сильная доля		1
	<b><i>Игрогимнастика.</i></b>		
4	Знакомство с ориентировкой в пространстве по системе А.Я. Вагановой.		1
5	Знакомство с рисунком танца. Воротца, змейка, улитка.		1
6	Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок, бег, галоп)		1
7	Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг с приседом и подъемом на полупальцах)		1
8	Синкопированный бег. Партерная гимнастика		1
9	Упражнения для гибкости и выворотности. Постановка корпуса		1
10	<b><i>Игротанцы.</i></b> Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах)		1
11	Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах)		1
12	Рисунки хороводов. Прочес, воротца. Прочес, воротца.		1
13	Рисунки хороводов. Шестёра. Восьмёра.		1
14	Акцентированный шаг. Шаг с ударом. Шаг с носка		1
15	Переменный шаг. Тройной притоп в комбинации.		1
16	Дробь дорожкой		1
17	Ключ. Двойной ключ.		1
18	Припадания в комбинации. Двойные припадания		1
19	Ковырялочка в комбинации. Моталочка в комбинации.		1
20	Ковырялочка и моталочка в комбинации.		1
21	Композиции различной координационной сложности		1
	<b><i>Музыкально – подвижные игры.</i></b>		
22	Элементы современной пластики: джаз, модерн-танец.		1
23	Творческие этюды Творческие этюды: учитель танца		1
24	Пластика животных. Творческие этюды: художник		1

	<b>Образные упражнения.</b>		
25	Русский этюд. Украинский этюд		1
26	Бегунец – проучивание. Эстрадный этюд		1
27	Прыжковые комбинации. Прыжки с поджатыми ногами		1
	<b>Композиция и постановка танца.</b>		1
28	Русская кадрили. Основные рисунки и ходы танца		1
29	Положение рук в парах. Кубанский фольклор		1
30	Проучивание ходов танца.		1
31	Синкопированные комбинации. Проучивание.		1
32	Ирландские мотивы. Основной ход		1
33	Русский лирический танец		1
34	Виды поклонов		1
		<b>34 часа</b>	

### Учебно-тематический план

6 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	
2	Танцевально-игровой тренинг		1
3	Теория и история хореографического искусства. Костюм и сценическое оформление танца	1	
4	Эмоциональный язык художественных средств	1	
	<b>Пластика сценической композиции.</b>	1	
5	Движения в развитии — от простого к сложному. Танцы народов мира и современная хореография		1
6	Народный танец. Русский танец. Русский этюд.		1
7	Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах). Рисунки хороводов. Прочес, воротца.		1
8	Прочес, воротца.		1
9	Рисунки хороводов. Шестёра. Восьмёра.		1
10	Акцентированный шаг. Шаг с ударом. Шаг с носка		1
11	Переменный шаг. Тройной притоп в комбинации.		1
12	Дробь дорожкой. Ключ. Двойной ключ.		1
13	Припадания в комбинации.		1
14	Двойные припадания		1
15	Ковырялочка в комбинации. Моталочка в комбинации.		1
16	Ковырялочка и моталочка в комбинации.		1
17	Композиции различной координационной сложности		1

18	Восточный танец. Положение рук. Положение корпуса		1
19	Шаги на полупальцах		1
20	Восточный этюд		1
21	Финская полька «Полкис»		1
22	Основные шаги и прыжки финской польки. Композиционное построение финской польки		1
23	Греческий танец «Сиртаки». Основные шаги «Сиртаки»		1
24	Положение корпуса в «Сиртаки». Композиционное построение «Сиртаки»		1
25	Особенности, стиль и характер танцевальных форм разных народов.		1
26	Этюд кантри. Основной ход. Вынос ноги на каблук. Положение корпуса. Постановочная работа		1
27	До-за-до в парах. Галоп в комбинации. Ритмические шаги		1
	<i>Бальный танец.</i>		
28	Изучение основных движений Ча-ча-ча. Особенности технического исполнения		1
29	Положение рук в паре в Ча-ча-ча. Композиционное построение Ча-ча-ча		1
30	«Добрый вечер». Изучение основных движений танца «Добрый вечер»		1
31	Особенности технического исполнения танца «Добрый вечер». Положение рук в паре в танце «Добрый вечер». Композиционное построение танца «Добрый вечер»		1
	<i>Современный танец.</i>		1
32	Изучение базовых движений. Танцуем джаз. Изучение различных стилей и техник танца модерн.		1
33	Свободная композиция и импровизация. Партерная гимнастика		1
34	Использование элементов художественной гимнастики. Техническое усовершенствование. Композиция и постановка танца		1
		<b>34 часа</b>	

## Содержание

### 5 класс

**Ритмика**, элементы музыкальной грамоты. Ритмические упражнения, построения и перестроения. Слушание и разбор в танцевальной музыке. Сильная доля.

**Игροгимнастика**. Основные позиции рук и ног классического танца. Знакомство с ориентировкой в пространстве по системе А.Я. Вагановой. Знакомство с рисунком танца. Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок, бег, галоп). Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости и выворотности. Постановка корпуса.

**Игротанцы.** Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах). Рисунки хороводов. Прочес, воротца. Шестёра. Восьмёра. Шаг с носка, переменный шаг. Тройной притоп в комбинации. Ключ. Двойной ключ. Припадания в комбинации. Ковырялочка в комбинации. Моталочка в комбинации.

**Музыкально – подвижные игры.** Элементы современной пластики: джаз, модерн-танец. Творческие этюды. Пластика животных.

**Образные упражнения.** Русский этюд. Украинский этюд. Эстрадный этюд. Прыжковые комбинации.

**Композиция и постановка танца.** Русская кадрили. Основные рисунки и ходы танца. Кубанский фольклор. Синкопированные комбинации. Ирландские мотивы. Русский лирический танец.

### **6 класс**

**Ритмика,** элементы музыкальной грамоты. Ритмические упражнения, построения и перестроения. Слушание и разбор в танцевальной музыке. Сильная доля.

**Теория и история хореографического искусства.**

Костюм и сценическое оформление танца. Эмоциональный язык художественных средств. Эмоциональный язык художественных средств.

**Игροгимнастика.** Основные позиции рук и ног классического танца. Знакомство с ориентировкой в пространстве по системе А.Я. Вагановой. Знакомство с рисунком танца. Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок, бег, галоп). Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости и выворотности. Постановка корпуса.

**Танцы народов мира и современная хореография.** Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах). Рисунки хороводов. Прочес, воротца. Шестёра. Восьмёра. Шаг с носка, переменный шаг. Тройной притоп в комбинации. Ключ. Двойной ключ. Припадания в комбинации. Ковырялочка в комбинации. Моталочка в комбинации. Русский народный танец. Финская полька «Полкис». Греческий танец «Сиртаки». Этюд кантри. Восточный танец.

**Бальный танец.** Изучение основных движений и композиционное построение Ча-ча-ча, «Добрый вечер».

**Современный танец.** Изучение базовых движений джаза. Изучение различных стилей и техник танца модерн.

### **Литература:**

1. Методика хореографической работы в школе. А. Бондаренко. – Киев, Музыка, 1985.
2. Т.А. Устинова. Русское народное творчество. Серия хореография. – Ленинград.: Искусство, 1976.
3. Танцевальная мозаика. С.Л. Слуцкая. – М.: Линка-пресс, 2006.
4. Школа классического танца. В. Костровицкая, А. Писарев, -Ленинград.: Искусство, 1976.