Рабочая программа разработана на основе следующих нормативно­правовых документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт общеобразовательной программы по внеурочной деятельности для учащихся 5 классов.

2. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России

3. Планируемые результаты общего образования

4. Программа по внеурочной деятельности «**Хореография**» для основной школы на основе программы подготовленной Л. Н. Михеевой Москва «Просвещение» в соответствии с Государственным стандартом общего образования по хореографии - ритмике.

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 исполняется 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 34 учебных часов из расчета 1 часа в неделю в 5 классе.

**Содержание**

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

***Игрогимнастика.*** Основные позиции рук и ног классического танца. Знакомство с ориентировкой в пространстве по системеА.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 кадриль. Основные рисунки и ходы танца. Кубанский фольклор. Синкопированные комбинации. Ирландские мотивы. Русский лирический танец.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п\п | Тема занятия | Кол-во часов |
| Теория | Практика |
| 11 | ***Ритмика***  |  |  |
| 1  | Введение | 1 |  |
| 2 | Элементы музыкальной грамоты | 1 |  |
|  3 | Ритмические упражнения  |  | 1 |
|  4 | Построения и перестроения |  | 1 |
|  5 |  Костюм и сценическое оформление танца  |  | 1 |
|   | ***Игрогимнастика.***  |  |   |
| 6  | Основные позиции рук и ног классического танца |  | 1 |
| 7  | Повороты по четвертям Знакомство с рисунком танца |  | 1 |
| 8  | Воротца, змейка, улитка |  | 1 |
| 9  | Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок) |  | 1 |
| 10  | Проучивание элементов танцевальной разминки (бег, галоп) |  | 1 |
| 11  | Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг с приседом и подъемом на полупальцах) |  | 1 |
| 12  | Прыжковые комбинации |  | 1 |
| 13  |  Музыкальная гимнастика Упражнения для гибкости и выворотности |  | 1 |
|   | ***Игротанцы***.) |  |  |
| 14 | Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах) |  | 1 |
| 15  | Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах) |  | 1 |
| 16  | Рисунки хороводов. Прочес, воротца. |  | 1 |
| 17  | Акцентированный шаг |  | 1 |
| 18  | Шаг с ударом |  | 1 |
| 19  | Шаг с носка Переменный шаг |  | 1 |
| 20  | . Дробь дорожкой Ключ. |  | 1 |
| 21  | . Припадания в комбинации Двойные припадания |  | 1 |
| 22  | Ковырялочка в комбинацииМоталочка в комби |  | 1 |
| 23  | Игротанцы. Повторение. |  | 1 |
|   | ***Музыкально – подвижные игры.***  |  |  |
| 24  | Элементы современной пластики: модерн-танец. |  | 1 |
| 25  | Народные муз.игры |  | 1 |
| 26  | Пластика животных. |  | 1 |
|   | ***Образные упражнения.***  |  |  |
| 27  | Русский этюд |  | 1 |
| 28  | Украинский этюд |  | 1 |
| 29  | Эстрадный этюд |  | 1 |
| 30  | Растяжки Прыжки с поджатыми ногами |  | 1 |
| 31  | Восточный этюд. Положение рук. Положение корпуса Перегибы корпуса. Шаги на полупальцах |  | 1 |
|   | ***Композиция и постановка танца***.  |  |  |
| 32  | Русская кадриль Положение рук в парах. Проучивание ходов танца  |  | 1 |
| 33 | Русский лирический танец Виды поклонов |  | 1 |
| 34 | Современный танец. Эстрадный танец. Положение рук, ног. |  | 1 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **№ п/п** | **Дата** | **Дата** | **Тема урока** | Кол-во часов |
| **По плану**  | **Фактически** | **По плану**  | **Фактически** |  | Теория | Практика |
|
|  | 11 |  |  | ***Ритмика*** |  |  |
| 1 |  |  |  | Введение | 1 |  |
| 2 |  |  |  | Элементы музыкальной грамоты | 1 |  |
| 3 |  |  |  | Ритмические упражнения  |  | 1 |
| 4 |  |  |  | Построения и перестроения |  | 1 |
| 5 |  |  |  |  Костюм и сценическое оформление танца  |  | 1 |
|  |  |  |  | ***Игрогимнастика*** |  |   |
| 6 |  |  |  | Основные позиции рук и ног классического танца |  | 1 |
| 7 |  |  |  | Повороты по четвертям. Знакомство с рисунком танца |  | 1 |
| 8 |  |  |  | Воротца, змейка, улитка |  | 1 |
| 9 |  |  |  | Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг – подскок) |  | 1 |
| 10 |  |  |  | Проучивание элементов танцевальной разминки (бег, галоп) |  | 1 |
| 11 |  |  |  | Проучивание элементов танцевальной разминки (шаг с приседом и подъемом на полупальцах) |  | 1 |
| 12 |  |  |  | Прыжковые комбинации |  | 1 |
| 13 |  |  |  |  Музыкальная гимнастика Упражнения для гибкости и выворотности |  | 1 |
|  |  |  |  | ***Игротанцы*** |  |  |
| 14 |  |  |  | Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах) |  | 1 |
| 15 |  |  |  | Характерное положение рук в народно – сценическом танце (сольных, групповых, хороводах) |  | 1 |
| 16 |  |  |  | Рисунки хороводов. Прочес, воротца. |  | 1 |
| 17 |  |  |  | Акцентированный шаг |  | 1 |
| 18 |  |  |  | Шаг с ударом |  | 1 |
| 19 |  |  |  | Шаг с носка Переменный шаг |  | 1 |
| 20 |  |  |  | . Дробь дорожкой Ключ. |  | 1 |
| 21 |  |  |  | . Припадания в комбинации Двойные припадания |  | 1 |
| 22 |  |  |  | Ковырялочка в комбинацииМоталочка в комби |  | 1 |
| 23 |  |  |  | Игротанцы. Повторение. |  | 1 |
|  |  |  |  | ***Музыкально – подвижные игры*** |  |  |
| 24 |  |  |  | Элементы современной пластики: модерн-танец. |  | 1 |
| 25 |  |  |  | Народные муз.игры |  | 1 |
| 26 |  |  |  | Пластика животных. |  | 1 |
|  |  |  |  | ***Образные упражнения*** |  |  |
| 27 |  |  |  | Русский этюд |  | 1 |
| 28 |  |  |  | Украинский этюд |  | 1 |
| 29 |  |  |  | Эстрадный этюд |  | 1 |
| 30 |  |  |  | Растяжки Прыжки с поджатыми ногами |  | 1 |
| 31 |  |  |  | Восточный этюд. Положение рук. Положение корпуса Перегибы корпуса. Шаги на полупальцах |  | 1 |
|  |  |  |  | ***Композиция и постановка танца*** |  |  |
| 32 |  |  |  | Русская кадриль Положение рук в парах. Проучивание ходов танца  |  | 1 |
| 33 |  |  |  | Русский лирический танец Виды поклонов |  | 1 |
| 34 |  |  |  | Современный танец. Эстрадный танец. Положение рук, ног. |  | 1 |