

УТВЕРЖДАЮ

Директор НОЧУ «Гимназия
имени митрополита Платона
(Левшина)»

 И.Н. Медведева
Приказ № 60 от 29.08.2017г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дополнительному образованию «Народные и балльные танцы»

Класс: 5-8

Учитель: Аношкин А.А.

Количество часов: 68 ч

Рассмотрена на заседании МО учителей
гуманитарного цикла, изо, музыки,
технологии, физической культуры
Протокол №1 от 28.08.2017 г.

Руководитель МО

 Березина О.С.

Принята на педагогическом совете
Протокол №1 от 29.08.2017 г

Председатель совета

 Семанова О.А.

1. Планируемые результаты освоения учебного курса

Личностные результаты:

- формирование эстетических чувств;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные результаты

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

Предметные результаты

- выполнение ритмических комбинаций в народных и балльных танцах;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма;
- умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

2. Содержание учебного курса

Теоретическая часть	Практическая часть
«Что такое танец» Педагог беседует с воспитанниками на тему «Что такое танец». Для чего он нужен и как научиться танцевать. Рассказывает, чем будут заниматься. Знакомство со станком. На первых	«Что такое танец» Игры – миниатюры: «качели», «кораблик», «шарик», «деревянные и тряпичные куклы», «цветочки», «верёвочки», «мельница».

<p>занятиях много играют, с целью раскрепостить учащихся, заинтересовать. Учатся приветствию.</p>	
<p>«Подготовка к занятиям» Что надеть: любая одежда, не стесняющая движений; лучше – из натуральных тканей. Разминаться босиком или в мягких тапочках. Что такое разминка. Для чего мышцам нужна разминка. Что нужно для успешной разминки. Осанка. Как проверить пульс. Центр движения. Как правильно сделать растяжку.</p>	<p>«Подготовка к занятиям» Работа у станка. Упражнения на осанку: на полу, вращения головой, упражнения для плеч, для рук, наклоны, вращения туловища, растяжка ног. Упражнения на центр движения. Как разогреть ноги. Как провести тренировку.</p>
<p>«Ходьба разного характера» Объяснение нового материала. Бытовой шаг и танцевальный. Что такое марш. Приставной шаг.</p>	<p>«Ходьба разного характера» Приглашение учеников в зал, расстановка. Приветствие. Занятия у станка. Маршировка бытовым, затем танцевальным шагом в различных ритмах. Изучение шага с высоким подниманием колена, приставного шага.</p>
<p>«Движение в соответствии с характером музыки» Рассказать учащимся о различном характере музыки, рассмотреть примеры, образные танцы. Знакомство с элементами ритмики.</p>	<p>«Движение в соответствии с характером музыки» Занятия у станка. Разучивание хороводного шага. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. Образные танцы – игры: «слон», «лягушонок», «лисичка», «кошечка». Этюд «мячики»- муз. Шитге.</p>
<p>«Упражнения для рук» Объяснить учащимся, что движения рук в танце имеют большое значение. Движениями рук можно показать характер музыки, особенности национальных танцев.</p>	<p>«Упражнения для рук» Занятия у станка. Разучивание упражнений для рук: «ленточки», «волна», «крылья», «поющие руки», «колокола», «колокольчики», «тарелки», «вертушки».</p>
<p>«Позиции рук» Изучение подготовительной позиции рук. Правильность постановки корпуса, ног, рук, головы. Изучение подготовительной позиции ног. Знакомство с терминами: «Battement tendu», «demy plie», «Rond de jamde</p>	<p>«Позиции рук» Положения рук в детских танцах и упражнениях: Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми</p>

<p>partene». Экзерсис у станка и на середине зала – объяснение.</p>	<p>цветами. « Сладкая грёза»- муз. Чайковского. Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.</p>
<p>«Чтобы танец был красивым» Педагог говорит учащимся, что в танцах нет мелочей. Успех танца в целом зависит от каждого учащегося, от того, как отработано каждое движение. Педагог учит синхронности в танцах, каждое движение разучивается отдельно, а затем педагог объясняет, как нужно выполнять изученные движения в группе.</p>	<p>«Чтобы танец был красивым» Занятия у станка Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танцев: «Чебурашка», «Прялица», «Сударушка».</p>
<p>«Народные пляски» Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами. Разбор особенностей народных танцев: «Кадриль»- русский танец. «Казачок» - украинский танец. Татарский танец. Ставим танец. Объяснение.</p>	<p>«Народные пляски» Упражнения по диагонали, на ковре. Эпюды: «Ах, вы сени мои сени», «Ой, утушка, моя луговая». Разучивание движений: ковырялочка, моталочка, вынос ноги на носок, в сторону с поворотом стопы внутрь, дробь, молоточки, припадание, притопы. Элементы национальных танцев: движения кисти, верёвочка, квиточки, галоп, мережка и др.</p>
<p>«Бальные танцы» Теоретические основы бальных танцев. История вальса и самбы. Партнёрство в бальных танцах.</p>	<p>«Бальные танцы» Разучивание движений вальса, венского вальса, менуэта, полонеза, гавота, кадрили, мазурки. Постановка танцев.</p>
<p>Повторение Как научиться ставить танцы. Импровизации. Запись танца. Как создаётся танец, первые идеи, репетиции, представление. Какую пользу приносят танцы.</p>	<p>Повторение «Пробы пера»- учащиеся по желанию выбирают стили танца, жанр танца и пробуют ставить самостоятельно танец.</p>

3. Тематическое планирование курса

№	Тема	Кол-во часов
Что такое танец		
1	Танец в нашей жизни. Для чего нужен танец. Как научиться танцевать.	1
2	Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс.	1
3	Что такое разминка. Зачем она нужна.	2
4		
5	Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения.	2
6		
7	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.	1
8	Игры – превращения («деревянные и тряпичные куклы», «цветочек», «Верёвочки», «мельница»). Приставной шаг.	1
Ходьба разного характера		
9	Марш со сменой ведущих (расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук).	2
10		
11	Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях.	2
12		
Движения в соответствии с характером музыки		
13	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	2
14		
15	Пружинящий шаг.	1
16	Бег, галоп, поскоки. «Мячики» - этюд муз. Шитте.	1
Упражнения для рук. Положение рук		
17	Ветерок и ветер. Мельница. «Лендлер» - Бетховен.	2
18		
19	«Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Импровизации.	2
20		
21	«Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	2
22		
23	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки».	2
24		
25	Упражнения с воображаемыми цветами. «Сладкая грёза»- муз. Чайковского.	2
26		
27	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко»,	2
28		
29	Положение рук во время движения. «Парный танец» - муз. народная.	2
30		

31	Позиции рук.	2
32		
Чтобы танец был красивым		
33	Отработка приставного шага и пружинки. Танец «Чебурашка».	2
34		
35	Хоровод «Прялица»- рус. нар. мелодия в обр. Ломовой Т.	2
36		
37	«Сударушка» - нар. пляска.	3
38		
39		
40	Позиции ног.	2
41		
Народные пляски		
42	Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их	3
43	отличительными элементами.	
44		
45	«Кадриль»- русский танец.	3
46		
47		
48	Постановка и отработка танцев: «Сударушка»	3
49		
50		
Бальные танцы		
51	Понятие о бальном танце. Основные элементы, разновидности.	1
52	Вальс. Основные элементы.	3
53		
54		
55	Венский вальс. Основные элементы.	3
56		
57		
58	Менуэт. Основные элементы.	3
59		
60		
61	Полонез	3
62		
63		
64	Мазурка	3
65		
66		
67	Повторение и систематизация изученного.	2
68		