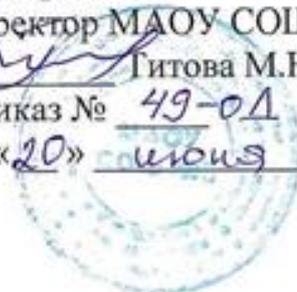


Управление образования Администрации Сысертского городского округа
МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 3»

«Согласовано»
Заместитель директора по УВР
МАОУ СОШ № 3
И Храпко Г.А.
«20» июня 2022г.

«Утверждаю»
Директор МАОУ СОШ № 3
Гитова М.Н.
Приказ № 49-01
от «20» июня 2022г.



Рабочая программа
по предмету предпрофильного образования

«Азбука танца»
7 (кадетский) класс

Количество часов: 34

(1 час в неделю)

п. Двуреченск

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы:

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей национальной принадлежности на основе изучения танцевальных композиций, шедевров музыкального наследия русских композиторов;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, культур, народов и религий на основе сопоставления произведений русской музыки;
- умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, участие в жизни класса, школы и др.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- уважительного отношения к культуре других народов;
- эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развития мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладения навыками сотрудничества с учителем;
- ориентации в культурном многообразии окружающей действительности, участия в танцевальной жизни класса, школы, города и др.;
- этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Регулятивные

Обучающийся научится:

- принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах танцевальной деятельности;
- формировать умения планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания хореографических постановок.

Обучающийся получит возможность научиться:

- освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

Познавательные

Обучающийся научится:

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.)

Обучающийся получит возможность научиться:

- освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

Коммуникативные

Обучающийся научится:

- продуктивному сотрудничеству (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных танцевально-творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной танцевально-эстетической деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- освоению начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Восприятие искусства и виды художественной деятельности

Обучающийся научится:

- Различать основные виды хореографического искусства (классический, народный, бальные танцы);
- Определять музыкальные размеры;
- Ориентироваться в танцевальном зале;
- Позициям ног и рук;
- Воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- Вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- Выполнять поклон в различных стилях;
- Выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- Правилам построения в шеренгу, колонну, круг;
- Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную композицию.

Обучающийся получит возможность научиться:

- Элементы в синкопированном ритме;
- Методике исполнения танцевальных композиций у станка и на середине зала;
- Правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на $\frac{1}{4}$; $\frac{1}{2}$ круга;
- Исполнять вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках;
- Делать перестроения в паре.

Содержание курса

Основное содержание курса представлено следующими содержательными линиями: ритмика и основы хореографии, азбука классического танца, народный танец и бальный танец.

Ритмика и основы хореографии включает в себя ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие

музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

Азбука классического танца – это понятие об основных танцевальных движениях. Место хореографии в современном мировом искусстве. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Азбука природы музыкального движения. Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Позы классического танца. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений, освоение поз и движений классического танца.

Народный танец. Существуют ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни, о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. О особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета. Освоение поз и движений народных танцев.

Бальные танцы. Программа включает правила поведения в танцевальном классе, техника безопасности. Показательные выступления. Исторические бальные танцы. Особенности танцев свободной композиции. Виды музыкального сопровождения. Современные технические средства музыкального сопровождения. Художественный образ в музыкальном отображении. Соотношение пространственных построений с музыкой.

Содержание курса

1 год обучения

1. Вводное занятие

Модуль 1. Ритмика и основы хореографии.

- Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Разучивание элементов под счёт.
- Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Изучение элементов под музыку.
- Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Закрепление изученного материала под музыку.
- Перестроения. Построение в круг, передвижение по кругу, в колонну, в шеренгу. Перестроение.

- Постановка танца «Диско» Разучивание сценических движений.
- Закрепление изученного материала под музыку.

Модуль 2. Азбука классического танца.

- Позиции ног - I, II, III, IV. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях, Plie (полу присед во всех позициях) с опорой. Партерная гимнастика. Упражнения на выворотность ног. Прыжки по I, II, III позициях (temps leve).
 - Позиции рук - подготовительное положение, I, II, III. Движение кисти. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку и гибкость.
 - Двигательные основы. Battements tendus (скольжение стопой по полу). Battements tendus jets (маленькие броски). Grand battements jets (большие броски). Прыжки по I, II, V позициям (Temps leve saute).
 - Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала. Постановка композиции из элементов.
 - Постановка танца «Полонез». Изучение основных элементов движений.
 - Закрепление изученного материала под музыку.
- Перестроения.
- Повторение и прогон под музыку. Работа над ошибками.

Модуль 3. Народный танец.

- Двигательные навыки. Полуприседы, присядка. Партерная гимнастика с элементами на полу.
- Дробная дорожка с продвижением вперед и с поворотом.
- Перестроения Закрепление элементов под музыку.
- Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку. Припадание на месте, с продвижением в сторону.
- Постановка номера. Изучение элементов в парах. Положение рук в парах: под крендель, накрест.
 - Закрепление изученного материала под музыку.
 - Повторение, прогон под музыку.

Модуль 4. Бальный танец.

- Музыкально-ритмическое развитие. Знакомство с музыкальным размером 3/4.
- Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки. Упражнения на координацию движения.

- Двигательные навыки. Упражнения на осанку. Партерная гимнастика (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу). Фигурный вальс - перенос веса с ноги на ногу в умеренном темпе.

- Двигательные навыки. Изучение элементов вальса под счёт. Балансе, припадание, трехшаговый поворот.

- Постановка танца. Постановка рук в паре, перемещение по кругу, перестроение в колонну.

- Постановка танца. Закрепление изученного материала под музыку. Работа над ошибками.

- Постановка танца. Закрепление изученного материала. Прогон под музыку.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Содержание и вид работы	Кол-во часов	Дата
1	Введение занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	1	
2	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп)	1	
3	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	1	
4	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы	1	
5	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка	1	
6	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
7	Понятие о рабочей и опорной ноге. Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	1	
8	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног	1	
9	Постановка корпуса. Движения плечами, руками Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы	1	
10	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп	1	
11	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия	1	
12	Поклон. Позиции ног - I, II, III, IV	1	
13	Позиции рук - подготовительное положение, I, III, II	1	

14	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног ¹⁹	1	
15	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук	1	
16	Plie (полуприседания) во всех позициях	1	
17	Комбинированные танцевальные элементы. Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4.	1	
18	Grand Plie в I, II, V, IV позициях	1	
19	Battement tendu (выведение ноги на носок)	1	
20	Определение музыкального размера. Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина	1	
21	Battement tendus jets (маленькие броски)	1	
22	Передвижения, диагонали, прыжки, вращения. Перестроения для танцев. Рисунок танца.	1	
23	прыжки на I, II и V позициях	1	
24	Движение руки в координации с движением ноги	1	
25	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад с полуприседанием в момент работающей ноги на каблук	1	
26	Вращения и повороты Прыжковые упражнения	1	
27	Дробная « дорожка» с продвижением вперед и с поворотом	1	
28	Танцевальные комбинации с дробями	1	
29	Вращение по диагонали на подскоках. Вращения - прыжки на двух ногах (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами)	1	
30	Припадание вперед, в сторону, на месте Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед	1	
31	Вращение на полупальцах (с продвижением по диагонали) Вращение - бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали с продвижением по кругу).	1	
32	Постановка танцев на основе изученных элементов. Отработка изученного материала	1	
33	Постановка танцев на основе изученных элементов. Отработка изученного материала	1	
34	Итоговое выступление	1	
ИТОГО:		34	