

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Частное общеобразовательное учреждение школа «Радиант» городского
округа Тольятти**

ПРИНЯТА решением
Педагогического совета
ЧОУ школа «Радиант»
Протокол № 232
от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧОУ школа «Радиант»
_____ Т.В. Ферапонтова

Приказ № 77 от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Мир танца»

для обучающихся 10-11 классов

Составитель: Калинскова Е.А., учитель ритмики.

г.о. Тольятти, 2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мир танца» на уровне среднего общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, а также рабочей программы воспитания ЧОУ школа «Радиянт».

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Жизнерадостное искусство танца – одна из самых массовых и любимых форм самодеятельного творчества детей. Танцевальная деятельность детей – это яркий эмоциональный путь передачи музыкально-эстетических переживаний. Танец развивает ребёнка физически, придаёт его движениям чёткость, уверенность, красоту. Ещё в самые древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Цель: формирование всесторонне развитой личности, раскрытие потенциальных способностей, а также сохранение и укрепление здоровья детей через освоение танцевальной культуры в процессе постановки танцев.

Задачи:

- Расширение знаний в области современного хореографического искусства;
- Выражение собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- Умение понимать «язык» движений, их красоту.
- Содействия гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- Развития чувства гармонии, чувства ритма;
- Совершенствования нравственно- эстетических, духовных и физических потребностей
- Развитие гибкости, координации движений;
- Развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации
- Укрепление физического и психологического здоровья.

Место учебного курса внеурочной деятельности «Мир танца» в учебном плане

Программа «Мир танца» реализуется по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности. Программа рассчитана на два года обучения, 1 час в неделю для 10-11 классов (всего 68 часов, по 34 часа в год) в соответствии с учебным планом ЧОУ школа «Радиянт».

2. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Раздел 1. Основные технические элементы и фазы движений. (3 часа)

Просмотр видеоматериалов. Освоение терминологии танцора. Постановка корпуса. Позиции рук, ног, головы. Упражнения для корпуса. Учебно-тренировочная работа. Теория. Федерация танцевального спорта России. Правила соревнований. Правила судейства.

Практика. Освоение основных технических элементов и фаз движений стандартных танцев. Отработка танцев европейской и латиноамериканской программ.

Раздел 2. Музыкально-ритмические упражнения. (4 часа)

Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений. Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки. Определение и передача в движении: характера музыки (веселая, грустная, спокойная и т.д.), темпа (медленный, быстрый), динамических оттенков (тихо, громко, умеренно). Длительности – половинные, четверти, восьмые. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотношение пространственных построений с музыкой. Музыка для танцев.

Раздел 3. Основные элементы классического экзерсиса. (6 часа)

Экзерсис у станка и на середине зала. Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Практическая деятельность:

- закрепление навыков исполнения поз и движений классического танца,
- упражнения на развитие подвижности стопы.

Раздел 4. Учебно-тренировочная работа. (3 часа)

Взаимосвязь движений классического танца и движений бального танца.

Практическая деятельность:

- позы и основные положения танцующих в паре
- поклоны и реверансы
- виды танцевальных шагов
- танцевальные этюды

Разделы 5. Европейская программа «Е»-класс. (7 часов)

Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники шагов, вращений в паре.

Медленный вальс.

1. Виск
2. Шассе из ПП (Синкопированное шассе)
3. Перемена хезитейшн

Квитстеп

1. Натуральный поворот с хезитейшн.
2. Натуральный пивот поворот.
3. Натуральный спин поворот.
4. Обратный шассе поворот.

Венский вальс

1. Правый поворот.

Раздел 6. Латиноамериканская программа «Е»-класс.(7 часов)

Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Техника прыжка и вращений. Виды тренинга корпуса, бёдер, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

Ча-Ча-Ча

1. Открытое основное движение.
2. Три ча-ча-ча вперед, назад.
3. Веер.
4. Хоккейная клюшка.
5. Алемана (окончание А).

6. Раскрытие вправо.
7. Закрытый хип твист.
8. Натураьный. волчок (окончание А).

Джайв.

1. Основное движение на месте.
2. Основное фолловой движение (фолловой рок).
3. Фолловой раскрытие.
4. Звено (линк рок).
5. Перемена мест слева направо.
6. Перемена мест справа налево.
7. Смена рук за спиной.
8. Хлыст.
9. Американский спин.
10. Променадный ход медленный.
11. Променадный ход быстрый.

Самба

1. Виски с поворотом дамы под рукой.
2. Ритмическое баунс-движение.
3. Вольта в продвижении вправо и влево.
4. Бота фого в продвижении.
5. Крисс кросс бота фого.
6. Левый поворот.

Тема 7. Постановочная работа. (4 часа)

Упражнения для ног. Танцевальные элементы. Приобретение подтянутости и устойчивости лёгкости и законченности в исполнении движений. Теория. Требования, предъявляемые к исполнению танцев конкурсных программ.

Практика. Отработка конкурсных танцев европейской и латиноамериканской программ «N»- и «E»-класса.

11 класс (34 часа)

Раздел 1. Исторический бальный танец XVIII-XIX веков. (16 часов)

Краткая характеристика эпохи. Роль исторического танца в жизни общества. Балы и театрализованные представления. Реверансы и поклоны. Марш, Полонез, Полька. Гавот, Вальс.

Раздел 2. Массовый танец. (12 часов)

Изучение элементов и комбинаций массового танца. Ритмика. Танцевальная азбука. Изучение и закрепление массового танца. Работа над качеством выполнения движений танца.

Раздел 3. Постановочная работа. (6 часов)

Выступление на школьных мероприятиях.

Формы проведения занятий:

Занятие состоит из 3-х частей: подготовительной, основной, заключительной.

В подготовительной части решаются следующие задачи:

- организация обучающихся;
- ознакомление с задачами и содержанием занятия;
- подготовка организма к основной части занятия (разогревание двигательного аппарата).

Основные средства: музыкально-ритмические упражнения, элементы хореографии. Подбор упражнений предусматривает последовательное воздействие на голеностопные,

коленные, тазобедренные суставы.

Основная часть направлена на совершенствование ранее разученных фигур, композиций, а также освоение новых, поэтому может носить комплексный характер.

Заключительная часть позволяет снизить нагрузку, снять утомление, повысить эмоциональный тонус или снять чрезмерное возбуждение, подвести итоги занятия и определить задачи следующего занятия. В заключение дается оценка деятельности группы в целом и отдельных детей.

На занятиях отводится время для теоретической подготовки.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА «МИР ТАНЦА» НА УРОВНЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Личностные результаты:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

Метапредметные результаты:

- творческая дисциплина;
- саморегуляция (самоконтроль);
- общее развитие различных частей тела;
- развитие двигательной памяти;
- моторика;
- координация;
- пластика движения;
- умения применить полученные знания, умения, навыки в практической деятельности для решения конкретных задач.

Предметные результаты:

- терминология;
- ритмико-гимнастические, общеразвивающие упражнения;
- тренировка суставно-мышечного аппарата;
- азбука танцевальных движений;
- танцевальные композиции.

К концу обучения обучающиеся будут знать:

- правила поведения на занятиях, требования, предъявляемые к танцорам;
- виды музыкального сопровождения;
- основы общей и специальной физической подготовки;
- приемы музыкально-двигательной подготовки;
- приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля;
- правила исполнения хороводных и парных танцев;
- простейшие элементы и фигуры, танцев;
- основные принципы танцевальных передвижений;

уметь:

- исполнять простейшие элементы, упражнения, фигуры, танцы;
- исполнять простейшие базовые фигуры и движения;
- ритмично двигаться в соответствии с характером и темпом музыки.

Результаты обучения учитываются применительно к отдельной личности и выражаются в сформированности определённых знаний, умений, навыков, в чертах характера танцора. Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методики: педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики; показ танцевальных номеров на отчётных концертах; участие во внутриколлективных и различного уровня конкурсах; проведение открытых и контрольных занятий, зачётов и итоговых показов по разделам и темам, предусмотренным учебным планом.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Основные технические элементы и фазы движений	3			
	Просмотр видеоматериалов. Освоение терминологии танцора			1	
	Постановка корпуса. Позиции рук, ног, головы. Упражнения для корпуса. Учебно-тренировочная работа. Освоение основных технических элементов и фаз движений стандартных танцев. Отработка танцев европейской и латиноамериканской программ.			1	
	Теория. Федерация танцевального спорта России. Правила соревнований. Правила судейства				
2	Музыкально-ритмические упражнения	4			
	Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о				

	музыкальном слухе и координации движений				
	Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки. Определение и передача в движении: характера музыки, динамических оттенков. Длительности			2	
	Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотношение пространственных построений с музыкой. Музыка для танцев				
3	Основные элементы классического экзерсиса	6			
	Экзерсис у станка и на середине зала. Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи			3	
	Закрепление навыков исполнения поз и движений классического танца, упражнения на развитие подвижности стопы.			3	
4	Учебно-тренировочная работа	4			
	Взаимосвязь движений классического танца и движений бального танца			1	
	Позы и основные положения			2	

	танцующих в паре				
	Поклоны и реверансы. Виды танцевальных шагов и танцевальные этюды			1	
5	Европейская программа «Е»-класс	7			
	Тренинг современной танцевальной пластики			1	
	Отработка исполнительской техники шагов, вращений в паре			3	
	Медленный вальс, Квикстеп, Венский вальс			3	
6	Латиноамериканская программа «Е»-класс	7			
	Ча-ча-ча			2	
	Джайв			3	
	Самба			2	
7	Постановочная работа	4			
	Упражнения для ног. Танцевальные элементы. Приобретение подтянутости и устойчивости лёгкости и законченности в исполнении движений			1	
	Требования, предъявляемые к				

	исполнению танцев конкурсных программ				
	Отработка конкурсных танцев европейской и латиноамериканской программ «N»- и «E»-класса			2	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		31	

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Исторический бальный танец XVIII-XIX веков	16			
	Краткая характеристика эпохи				
	Роль исторического танца в жизни общества				
	Балы и театрализованные представления. Реверансы и поклоны			3	
	Марш, Полонез, Полька, Гавот, Вальс			11	
2	Массовый танец	12			
	Изучение элементов и комбинаций массового танца			4	
	Ритмика. Танцевальная азбука			4	
	Изучение и закрепление массового танца. Работа над качеством выполнения движений танца			4	
3	Постановочная работа	6			

	Постановка и отработка танцев			5	
	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		31	

Лист корректировки рабочей программы

Учитель: _____

На основании расхождения количества учебных часов, предусмотренных рабочей программой, и фактическим количеством проведённых учебных уроков, в рабочую программу по предмету внесены следующие изменения:

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану /Число часов по плану	Причина корректировки	Дата проведения по факту /Число часов по факту

Приложение к рабочей программе «Формы учета рабочей программы воспитания»

Рабочая программа воспитания ЧОУ школа «Радиант» реализуется в том числе и через использование воспитательного потенциала уроков курса внеурочной деятельности «Мир танца». Эта работа осуществляется в следующих формах:

- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:

- обращение внимания на нравственные аспекты научных открытий, которые изучаются в данный момент на уроке; на ярких деятелей культуры, ученых, политиков, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков;

- использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих текстов для чтения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе, объектов для выполнения;

- инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам, произведениям искусства;

- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

- применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;

- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися;

- выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания:

- методы контроля и самоконтроля,

- методы самовоспитания,

- методы поощрения,

- методы формирования сознания,

- методы убеждения;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме организации групповых и индивидуальных исследований (мини-исследований), включение в урок различных исследовательских заданий и задач, что дает возможность обучающимся

приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;

- установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

Реализация воспитательного потенциала через систему обучения и воспитания курса внеурочной деятельности «Мир танца»

Формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации.

Воспитание любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России.

Воспитание положительного отношения к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремления преодолевать возникающие затруднения.

Формирование осознания себя как индивидуальности и одновременно как члена общества с ориентацией на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам.

Воспитание сопереживания, уважения, любви, доброжелательности и других моральных качеств к родным, близким и чужим людям, независимо от их национальности, социального статуса, вероисповедания.

Воспитание неприятия любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

Формирование установки на здоровый и безопасный (для себя и других людей) образ жизни в окружающей среде (в том числе информационной); воспитание бережного отношения к физическому и психическому здоровью.

Воспитание осознания ценности труда в жизни человека и общества, ответственного потребления и бережного отношения к результатам труда, интереса к различным профессиям.

Формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды.