

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Рязанской области  
Скопинский муниципальный район  
МБОУ "Вослебовская СОШ"

РАССМОТРЕНО

На заседании педагогического  
совета

\_\_\_\_\_  
Протокол № 1 от 30.08.24г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора  
по УВР

\_\_\_\_\_  
О.В. Захарова

УТВЕРЖДЕНО

директор школы

\_\_\_\_\_  
С.Н. Новикова  
Приказ № 152 от «30» 08 2024г.

**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Мир танца»**  
**8 класс**  
**2024-2025 учебный год**

Составитель: Крестинина Евгения Владимировна  
Учитель

## ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ КРУЖОК

### Пояснительная записка

Танцы на современном этапе в обществе более чем популярны. Они становятся формой проведения досуга, полезного для морального и физического здоровья. Танцевальный бизнес сегодня один из самых прибыльных. Растет интерес молодежи к танцевальным клубам, кружкам, программам, соревнованиям и марафонам. Именно поэтому появилась необходимость создать данную программу

Образовательная область занятиями в кружке призвана формировать у учащихся потребности в бережном отношении к своему здоровью. В процессе усвоения учебного материала в кружке формируются движения органически связанные с музыкой, содействующие воспитанию эмоциональной отзывчивости ребенка на музыку, развитие музыкального слуха, памяти, ритма и совершенствования основных движений. Танцы - один из любимых и популярных видов искусства - дают широкие возможности в деле физического, эстетического и этического воспитания детей. Плановые систематические тренировки с постепенно возрастающей нагрузкой развивают мышцы, укрепляют связки, придают гибкость, подвижность суставов, помогают гармоничному росту детей. У них вырабатывается правильная осанка, походка, исправляются физические недостатки. Танцы развивают естественную грацию, музыкальную ритмичность. Занятия в танцевальном коллективе приучают детей к самодисциплине, ответственности, культуре внешнего вида. Занятия в кружке раскрывают индивидуальные возможности детей их творческие способности.

#### **Цели и задачи:**

- *развитие творческих способностей учащихся*
- *сохранение и укрепление здоровья у учащихся*
- *привитие любви к танцевальным традициям*
- *развитие музыкального слуха, памяти, ритма*
- *формирование красоты и пластики движения*

#### **Организационно-педагогические основы обучения**

На проведение танцевального занятия отводится 1 час в неделю.

- Программа рассчитана на 34 занятия по 1 часу

#### **Прогнозируемые результаты**

- *Физически здоровые дети с развитым чувством музыкальности, ритмичности;*
- *Ответственные, самостоятельные; творческие;*
- *Умение работать в коллективе.*

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Разделы, темы занятий	Кол-во часов
<b>1</b>	<b>Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» 13 ч</b>	
1.1	Элементы музыкальной грамоты	3 часа
1.2	Музыкально - ритмические упражнения, гимнастика	2 часа
1.3	Построения и перестроения	3 часа
1.4	Слушание музыки	2 часа
1.5	Гимнастика	3 часа
<b>2</b>	<b>Раздел «Танцевальная азбука» 10 ч</b>	
2.1	Элементы Классического танца	5 часов
2.2	Элементы Народно - сценического танца	5 часов
<b>3</b>	<b>Раздел «Танец» 6 ч</b>	
3.1	Детские балльные и народные танцы	2 часа
3.2	Образные танцы (игровые)	2 часа
3.3	Постановка танцевальной композиции	2 часа
<b>4</b>	<b>Раздел «Беседы по хореографическому искусству» 1 ч</b>	
4.1	Танцы народов мира	1 час
<b>5</b>	<b>Раздел «Творческая деятельность» 4 ч</b>	
5.1	Игровые этюды	2 час
5.2	Музыкально — танцевальные игры	2 час
	<b>Итого:</b>	<b>34 часа</b>

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Дата проведения		Кол-во часов
		план	факт	
1.	Элементы музыкальной грамоты			
2.	Элементы музыкальной грамоты			
3.	Элементы музыкальной грамоты			
4.	Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика			
5.	Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика			
6.	Построения и перестроения			
7.	Построения и перестроения			
8.	Построения и перестроения			
9.	Слушание музыки			
10.	Слушание музыки			
11.	Гимнастика			
12.	Гимнастика			
13.	Гимнастика			
14.	Элементы Классического танца			
15.	Элементы Классического танца			
16.	Элементы Классического танца			
17.	Элементы Классического танца			
18.	Элементы Классического танца			
19.	Элементы Народно - сценического танца			
20.	Элементы Народно - сценического танца			
21.	Элементы Народно - сценического танца			
22.	Элементы Народно - сценического танца			
23.	Элементы Народно - сценического танца			
24.	Детские бальные и народные танцы			
25.	Детские бальные и народные танцы			
26.	Образные танцы (игровые)			
27.	Образные танцы (игровые)			
28.	Постановка танцевальной композиции			
29.	Постановка танцевальной композиции			
30.	Беседы по хореографическому искусству. Танцы народов мира			
31.	Игровые этюды			
32.	Игровые этюды			
33.	Музыкально — танцевальные игры			
34.	Музыкально — танцевальные игры			

## **Знания, умения и навыки, которые воспитанники должны получить к концу обучения:**

### ***1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:***

- ✓ уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- ✓ чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- ✓ уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- ✓ отмечать в движении сильную долю такта;
- ✓ уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- ✓ отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- ✓ иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец;
- ✓ выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- ✓ иметь навыки актёрской выразительности;
- ✓ распознать характер танцевальной музыки;
- ✓ иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;
- ✓ иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- ✓ исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- ✓ знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- ✓ уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- ✓ различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
- ✓ уметь анализировать музыку разученных танцев;
- ✓ слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

### ***2. Танцевальная азбука:***

- ✓ знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
- ✓ усвоить правила постановки корпуса;
- ✓ уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- ✓ знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- ✓ знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, элементы русского танца (основные движения,

- ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;
- ✓ освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
  - ✓ иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
  - ✓ знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
  - ✓ знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
  - ✓ уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопущей, на полном приседе и с прыжком.

### ***3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно)***

В конце **1 года** обучения дети должны уметь исполнить: свой национальный танец, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.

В конце **2 года** обучения дети должны уметь исполнять: русские танцы с использованием элементов хоровода и перепляса.

В конце **3 — 4 года** обучения дети должны уметь исполнять: фигурный вальс; русские танцы: хороводные и кадрили. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

### ***4. Творческая деятельность:***

- ✓ раскрытие творческих способностей;
- ✓ развитие организованности и самостоятельности;
- ✓ иметь представления о народных танцах.

## Используемая литература

- Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
- Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
- Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
- Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
- Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
- Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы» (-М.: ВАКО, 2007)
- «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
- Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
- Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
- Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
- Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
- Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу» (-М., 2008)