

Приложение
к основной образовательной программе
основного общего образования,
утверждённой
приказом от 23.05.2025 № 75/6

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Азбука движения»

Уровень основного общего образования: (5-9 класс)

Срок реализации: 1 год

Направление: внеурочная деятельность по развитию личности, ее способностей,
удовлетворения образовательных потребностей и интересов, самореализации
учащихся

Составитель:
Малых Т.В., учитель

Белый Яр, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка,

Танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Программа курса внеурочной деятельности «Азбука движения» рассчитана на обучающихся 6-7-х классов. Она является частью спортивно - оздоровительного направления внеурочной деятельности и расширяет содержание программ основного образования.

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме внеурочной деятельности. Бальные танцы обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА

Главная цель - формирование личности школьника, идейно-нравственной направленности его сознания в отношении хореографической культуры. Задачи:

1. Образовательные

- Формирование у детей музыкально-ритмических навыков.
- Формирование навыков правильного и выразительного движения в области классического танца и современной хореографии. □ Обучение детей сценическому мастерству.

2. Развивающие

- Овладение учащимися приемами самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля, взаимоконтроля.
- Приобщение воспитанников к творческой деятельности, участию в концертной деятельности .

3. Воспитательные

- Развитие способов общения в коллективе на основе взаимоуважения, концентрации и мобилизации сил, для выполнения общих задач.
- Развитие таких личностных качеств как трудолюбие, целеустремленность, выносливость.

- Способствовать формированию общей культуры ребёнка, способной принять полученные знания и умения на практике, сознательно делать профессиональный выбор, успешно адаптировать в современном обществе.

В данной программе представлен особый, более широкий комплексный подход к реализации цели и задач обучения, увеличен раздел хореографической подготовки. Обучающиеся овладевают навыками основополагающего принципа синтетического танцевального искусства, включая детальную предварительную работу с музыкальным материалом.

На занятиях по программе «Азбука движения» происходит массовое обучение основам бальной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, например в подготовке школьных и внешкольных мероприятий. В то же время ученики, обучавшиеся бальному танцу, станут впоследствии носителями и пропагандистами отечественной и мировой бальной хореографии.

Освоение разновидностей танцев, предлагаемых программой, направлено на пробуждение у школьников интереса и уважения к национальной культуре и искусству других народов.

Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией.

В течение года следует стимулировать занятия хореографией. Хорошей традицией является Кадетский бал или награждение в конце учебного года.

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;

- принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений;

- принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному;

- принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий;

- принцип гуманности в воспитательной работе (безусловная вера в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения);

- принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

В программе выделены следующие направления: -
развитие физических способностей детей;

- приобретение танцевально-ритмических навыков;
- работа над танцевальным репертуаром;
- музыкально-теоретическая подготовка;
- теоретико-аналитическая работа;
- концертно-исполнительская деятельность.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Место курса в учебном плане: курс программы предназначен для обучающихся 6-7 х классов. Программа рассчитана на 1 год. Занятия проводятся 2 раз в неделю. Всего 144 часа.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения для учащихся 1 года обучения. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука».

Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся, рассматриваются основные танцевальные правила, танцевальный этикет. Большое значение уделяется постановке корпуса, позиции рук и ног. Задача педагога – составить у обучающихся представление о позе исполнителя, положениях фигуры по отношению к зрителю. Раздел «Танец». (10 часов)

Большое значение уделяются упражнениям на развитие мышечной базы, на развитие координации и синхронности выполнения упражнений в группе. В комплекс упражнений по современной пластике входит:

1. тренаж на середине зала;
2. танцевальные движения;
3. композиции различной координационной сложности.

В программный материал по изучению историко-бытовых и бальных танцев входит: - усвоение тренировочных упражнений на середине зала,

- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

Раздел «Беседы по хореографическому искусству»

Рассматриваются вопросы становления всего хореографического искусства в целом, объясняется его значение в культуре и связь с другими видами искусства. Педагог знакомит обучающихся с известными деятелями хореографического искусства, используя при этом такие наглядные средства как фотографии, видеоматериалы.

Раздел «Постановочная деятельность Подготовка к Кадетскому балу»

Для 1 года обучения предлагаются такие танцы как «Полонез» и «Фигурный вальс».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладение навыками сотрудничества с учителем и сверстниками; формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей У обучающегося будут сформированы:

- умение точно реагировать на изменения темпа;
- умение вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- навык вежливого обращения к партнёру по танцу;
- умение передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- умение выполнять танцевальные ходы и движения бального танца;
- умение правильно выполнять движения;
- умение выполнять поклон в бальном характере;
- умение выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- умение самостоятельно исполнять любое движение или бальную комбинацию, обращая внимание на выразительность и техничность исполнения;
- умение свободно и осознанно исполнить любой бальный танец в соответствии с программным репертуаром.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

-Овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности; с помощью учителя формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием реализации в процессе познания содержания бально-танцевальных образов;

-определять с помощью учителя наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности: продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении различных задач. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

-позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей;

-умение осуществлять познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

-наличие стремления находить продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении творческих задач; участие в хореографической жизни класса, школы, села.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В процессе занятий бальными танцами у обучающихся должны быть освоены следующие понятия музыкальной грамоты:

- Музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца.
- Связь музыки и моторных реакций человеческого тела.
- Музыкальные жанры: песня, танец, марш.
- Звук как наименьший строительный элемент музыкальной речи.
- Музыкальный звук и его основные свойства: высота, сила, тембр и длительность.
- Музыкальная фраза, предложение и тема.
- Расчлененность и связность музыкальной речи.
- Мелодический рисунок.

Динамика как одно из важнейших средств выразительности в танцевальной музыке, «динамичный ритм». Мелодия и аккомпанемент. Соответствие пластики с мелодией в одних танцах или с ритмом в других. Одночастная форма, где с самого первого звука образ музыкального произведения не меняется и двухчастная форма, где первая часть представляет собой тему произведения, изложенную в форме периода, а вторая часть содержит либо новую тему, либо развитие темы первой части. Понятие о метре как о мере, определяющей величину ритмических построений вплоть до малых композиционных форм. В элементарной теории музыки метром называют рисунок равномерного чередования сильных и слабых долей.

Темп, ритм, ритмический рисунок. Инструментовка (оркестровка), аранжировка. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальная тема и художественный образ.

Формы организации учебных занятий, основные виды учебной деятельности: учебное занятие, фронтальная работа, индивидуальная работа, работа в парах и группах, коллективная работа. Формами педагогического контроля являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Бал - прекрасная традиция для юных кадетов показать себя не только в физической подготовленности, но и в галантности, танцах, умении вести светскую беседу. Все, как на настоящем балу - дамы в длинных платьях, в перчатках, юноши - в парадной кадетской форме. Бал – это возможность окунуться в сказку и стать ее непосредственным участником.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

- Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

- Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

- Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

- Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Занятия		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего часов	теоретические	практические	
1	Тема 1. Историко-бытовой и бальный танец. Элементы музыкальной грамоты	20	1	29	http://dancedancer.ru/
2	Тема 2. Танцевальная азбука	25	1	24	https://need4dance.ru/
3	Тема 3. Танец	50	0	50	https://www.baltan.ru/
4	Тема 4. Беседы по хореографическому искусству	5	5	0	https://www.baltan.ru/
5	Тема 5. Постановочная деятельность. Подготовка к кадетскому балу	44	0	44	http://ballrooms.su/load/3
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		144	7	137	

УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К.Барышникова. – СПб., 1996.
2. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.
3. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.
4. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2003.
5. Г. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
6. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
7. Кауль Н. «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы». Ростов -на- Дону, «Феникс», 2004 г.
8. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М. А. Михайлова, Е. В. Воронина. – Ярославль, 2000.

Техническое оснащение занятий

- компьютер
- мультимедийный проектор
- экран