

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДОНСКАЯ ШКОЛА»  
СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
(МБОУ «ДОНСКАЯ ШКОЛА»)

ул. Комсомольская, д. 87, с. Донское, Симферопольский район, Республика Крым, 297523  
тел. (0652) 337-224, e-mail:donskoye@mail.ru

**РАССМОТРЕНО**

на заседании МО  
руководитель МО *(подпись)* К.А. Очнев  
протокол № 4 от 28.08.2020г.

**«УТВЕРЖДЕНО»**

приказом по школе  
от 28.08.2020г. № 420-О  
Директор *(подпись)*



**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР *(подпись)* Е.В. Писаная

Рабочая программа

Гималетдиновой Дарья Вячеславовны  
(ФИО учителя, учителя квалификационная категория)

по внеурочной деятельности «Вдохновение»  
в 1 классе

на 2020-2021 учебный год

Уровень обучения – базовый

с. Донское  
2020г.

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

Основные требования к умениям обучающихся **1 класса**

*Личностные результаты*

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

*Метапредметные результаты*

• *Регулятивные*

✓ Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

✓ планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

✓ **самовыражение ребенка в движении, танце.**

• *познавательные*

Учащиеся должны уметь:

✓ понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

✓ организованно строиться (быстро, точно);

✓ сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

✓ самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

✓ соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

✓ правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».

• *коммуникативные*

✓ учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

✓ формулировать собственное мнение и позицию;

✓ договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

✓ умение координировать свои усилия с усилиями других.

*Предметные:* Уметь правильно выполнять движения.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

### **1. Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях. (2 ч.)**

Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеофильмов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов. Информация о хореографических училищах.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны

вперёд, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

**Практическая работа:** освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

## **2. Понятие о координации движений, оппозиции и положениях рук и ног. Классический танец. (7 ч)**

Понятие об экзерсисе. Позиция ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъём на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперёд, назад, с поворотом на 1/4 круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ног. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

**Практическая работа:** освоение поз и движений классического танца.

## **3. Основы народного танца (6 ч)**

Ходы русского танца: простой, переменный с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дробь на 1/8, гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук. Ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.

Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.

**Практическая работа:** освоение поз и движений народных танцев.

## **4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец. (8 ч)**

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Прибалтийские танцы. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

**Практическая работа:** освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.

## **5. Постановка танцев. Отработка номеров. (10 ч.)**

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча.

Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание специального макияжа.

**Практическая работа:** освоение исполнительского мастерства танцора.

**Формы организации и виды деятельности:**

- -организация экскурсий, творческие работы обучающихся;
- -концерты, инсценировки, праздники на уровне класса и школы;
- - игровая, фронтальная, групповая, индивидуальная;
- - анализ и просмотр презентаций, видеофильмов, мультуроков.
- -коллективные творческие дела;
- -смотри-конкурсы, выставки.

**Тематическое планирование**

№	Тема раздела	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях.	2	1	1
2	Понятие о координации движений, о позиции и положении рук и ног.	7	1	6
3	Основы народного танца	6	1	5
4	Танцевальные этюды. Эстрадный танец.	8	3	5
5	Постановка танцев. Отработка номеров.	10	1	9
6	Итого	33	7	26

от 15.05.2014 г.

г. Москва

№ 1/2014

В соответствии с Положением о Компетентной комиссии, утвержденным Советом Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова от 15.05.2014 г., Комиссия рассмотрела материалы, представленные на рассмотрение, и приняла решение о том, что кандидатура И.И.И. соответствует требованиям, предъявляемым к кандидатам на должность профессора кафедры физики факультета физико-математических наук.

Принято,  
протверждено,  
схвачено печатью  
с. стр.  
\_\_\_\_\_ *И.И.И.*  
Директор  
Н.В. Меньшиков

