**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**

**Администрация города Красноярска**

**МБОУ СШ №4**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Ритмика и основы бального танца**

для обучающихся 1 классов

**Красноярск** **2024**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа рассчитана на один год обучения. Объем часов в год составляет - 33 часа. Форма обучения – очная.

**Цель:**

Раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области бального танца.

**Задачи:**

- овладение основными теоретическими и практическими знаниями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные композиции;

- формирование умений осознанно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации;

- формирование умений различать ритмическую сторону музыки и согласовывать свои движения с ее звучанием;

- развитие способности самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свои вариации;

- организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет потребность в движениях;

- организация постановочной и концертной деятельности учащихся;

- создание дружеской среды, создание условий для общения;

- формирование культуры общения между учащимися;

- воспитание доброжелательности, чуткости и внимательного отношения друг к другу;

- воспитание аккуратности и самостоятельности;

- развитие навыков самостоятельной и коллективной работы;

- развитие мотивации на творческую деятельность;

- исправление недостатков осанки;

- укрепление мышечного корсета;

- развитие выносливости, координации движений;

- поддержка и укрепление сердечнососудистой и нервной систем.

**Основные приемы и методы в обучении детей бальному танцу.**

Занятия должны быть разнообразными как по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), так и по набору применяемых методов:

* - словесного (объяснение, разбор, анализ);
* - наглядного (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащихся);
* - практического (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
* - аналитического (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
* - эмоционального (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
* - индивидуального подхода к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ [[НАЗВАНИЕ]]**

***Вводное занятие.***

Знакомство с учениками. Правила поведения на занятии. ***.***Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров.

***2.Европейская программа танцев. Медленный вальс.***

Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца Медленный вальс.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре. Практические занятия.

Основное содержание :

* - "Маленький квадрат",
* - "Большой квадрат".
* - "Правый поворот".
* - Спуски и подъемы в движениях.
* - Основые положения рук в танце.
* - " Закрытые перемены с ПН и ЛН".
* - "Левый поворот".
1. ***Латиноамериканская программа танцев. Ча-ча-ча.***

Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца Ча-ча-ча.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Работа стопы, подъем и снижение корпуса. Практическиезанятия.

Основное содержание :

* - "Чек из ПП и КПП".
* - "Закрытое основное движение".
* - "Нью-Йорк".
* - "Таймстеп на месте".
* - "Таймстеп в продвижение".
* - "Шоссе налево и направо".
* - "Открытое основное движение"

***4.Латиноамериканская программа танцев. Джайв.***

Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца Джайв. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Работа стопы, подъем и снижение корпуса. Практическиезанятия.

Основное содержание :

* - « Шассе влево, вправо».
* - « Шассе Джайва в виде двойного или одинарного шага».
* - «Основное движение на месте».
* - « Осн. Фолловей движение (Фолловейрокк)».
* - « Фолловей раскрытие».
* - « Звено(Ключ)».
1. ***Латиноамериканская программа танцев.Полька.***

Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца Полька. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Работа стопы, подъем и снижение корпуса. Практические занятия.

Основное содержание:

* - Ритмичные повороты корпуса в танце.
* - Динамика выполнения прыжков в "крисс-кросс" позиции.
* - Сгибание ног в основном движении.
* - Прыжки галоп в сторону.
* - Техника выполнения подскоков на месте и в продвижении.
* - Работа стоп в движениях.
* - Основные положения рук в танце.

***6.Музыка и характер танца.Выполнение упражнений под музыкальное сопровождение.:***

Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки: легато и стаккато. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.

Основное содержание :

* - Практическое исполнение изученного танцевального материала танца Медленный вальс под музыкальное сопровождение,
* - Практическое исполнение изученного танцевального материала танца Ча-ча-чапод музыкальное сопровождение,
* - Практическое исполнение изученного танцевального материала танца Полька под музыкальное сопровождение,
* - Практическое исполнение изученного танцевального материала танцаДжайвпод музыкальное сопровождение.

***7.Итоговое занятие.***Открытый урок "Волшебный мир танца".

Основное содержание :

* - анализ деятельности группы за год (освоение программного материала, результаты участия в конкурсах, профессиональный рост учащихся);
* - перспективное планирование;
* - поощрение и награждение лучших.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Личностные:**

* формированиеактивной жизненной позицию;
* приобретение способности к самопрезентации;
* развивание таких качеств как трудолюбие, упорство, дисциплинированность, собранность, пунктуальность;
* получение развитие эстетического восприятия мира;
* получение развитие нравственных качеств личности;
* получение знаний основы бального танца;
* владение техникой исполнения движений бальных танцев;
* укрепление мышц тела;
* развитие выносливости;
* развитие координации движений;
* умения распознавать ритмические особенности каждого танца и отличать друг от друга.

**Метапредметные:**

* приобретение навык свободного владения хореографической и специальной терминологией;
* научатся понимать выразительность отдельных элементов танца и музыки, передаче определенного содержания;
* овладение основными теоретическими и практическими знаниями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные композиции;
* формирование умений различать ритмическую сторону музыки и согласовывать свои движения с ее звучанием;
* создание дружеской среды, создание условий для общения;
* формирование культуры общения между учащимися;
* воспитание доброжелательности, чуткости и внимательного отношения друг к другу;
* в осознании учеников важной роли хореографии в эстетическом воспитании личности;
* в готовности принимать участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях районного, городского и областного, межрегионального, международного уровня.

 **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов**  |
| 1 | Латиноамериканская программа. Джайв |  7  |
| 2 | вропейская программа. Медленный вальс |  7  |
| 3 | Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча |  7  |
| 4 | Латиноамериканская программа. Полька |  7  |
| 5 | Музыка и характер танца. Выполнение упражнений под музыкальное сопровождение. |  4  |
| 6 | Итоговое занятие. |  1  |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** |  33  |

 **ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Тема урока**  | **Количество часов** |
| **Всего**  |
| 1 | Вводное занятие |  1  |
| 2 | Латиноамериканская программа. Джайв |  6  |
| 3 | Европейская программа. Медленный вальс |  7  |
| 4 | Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча |  7  |
| 5 | Латиноамериканская программа. Полька |  7  |
| 6 | Музыка и характер танца. Выполнение упражнений под музыкальное сопровождение. |  4  |
| 7 | Итоговое занятие. |  1  |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** |  33  |