

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Умыганская средняя общеобразовательная школа»

Утверждена

Директор МОУ

«Умыганская СОШ»

И.А. Дружинина

Приказ № 123 от 02.09.24г



**Дополнительная общеразвивающая программа
художественно-эстетической направленности
«Радуга»
для обучающихся 1-11 классов**

Дополнительная общеразвивающая программа художественно-эстетической направленности «Радуга» для обучающихся 1-11 классов составлена на основе требований к результатам освоения основных образовательных программ начального, основного и среднего общего образования с учетом программ, включенных в их структуру.

Результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы 1-2 класс

Личностные

- знать основы различных стилевых систем танца;
- уметь работать в команде, доводить начатое дело до конца;
- иметь запас танцевальных движений и уметь с их помощью передавать характер музыки.

Метапредметные

- иметь представления о различных направлениях хореографии;
- иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач;
- уметь самостоятельно использовать приобретенные знания на практике.

Предметные

- уметь характеризовать музыкальное произведение,
- уметь согласовывать музыку и движение.

Должны знать: Для чего существует разогрев мышц, основы классического и народного танцев (русский хоровод, русский пляс), стиль «Диско». Знать основы танцевальной грамотности, конкретно выражающейся в правильной постановке корпуса, ног, рук, головы. Основы равновесия при выполнении того или иного упражнения. Что собой представляет сценический образ.

Должны уметь: Соотносить движения с ритмом, мелодией и характером музыки. Создавать определенные образы, понятия мягкости и тяжеловатости, полетности и приземленности. Соблюдать танцевальную осанку в движениях, близких практике детей – шаге, беге, подскоке. Работать над синхронностью, координацией движений. Собирать все изученные комбинации в единое целое под счет и под музыку. Уметь держать точку при вращениях, работать над эмоциональностью исполнения.

3-5 класс

Личностные

- знать основы различных стилевых систем танца;
- уметь работать в команде, доводить начатое дело до конца;
- иметь запас танцевальных движений и уметь с их помощью передавать характер музыки.

Метапредметные

- иметь представления о различных направлениях хореографии;
- иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач;
- уметь самостоятельно использовать приобретенные знания на практике.

Предметные

- уметь характеризовать музыкальное произведение,
- уметь согласовывать музыку и движение.

Должны знать: Для чего существует разогрев мышц, основы классического и народного танцев (русский хоровод, русский пляс), стиль «Диско». Знать основы танцевальной грамотности, конкретно выражающейся в правильной постановке корпуса, ног, рук, головы. Основы равновесия при выполнении того или иного упражнения. Что собой представляет сценический образ.

Должны уметь: Соотносить движения с ритмом, мелодией и характером музыки. Создавать определенные образы, понятия мягкости и тяжеловатости, полетности и приземленности. Соблюдать танцевальную осанку в движениях, близких практике детей – шаге, беге, подскоке. Работать над синхронностью, координацией движений. Собирают все изученные комбинации в единое целое под счет и под музыку. Уметь держать точку при вращениях, работать над эмоциональностью исполнения.

6-7класс

Личностные

- знать основы различных стилевых систем танца;
- уметь работать в команде, доводить начатое дело до конца;
- иметь запас танцевальных движений и уметь с их помощью передавать характер музыки.

Метапредметные

- иметь представления о различных направлениях хореографии;
- иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач;
- уметь самостоятельно использовать приобретенные знания на практике.

Предметные

- уметь характеризовать музыкальное произведение,
- уметь согласовывать музыку и движение.

Должны знать: Правильность выполнения движений народного, бального, эстрадного танца. Какие движения можно использовать при импровизации в разных стилях - спортивном, лирическом, драматическом. Знать постановку рук, ног, корпуса, головы народного танца. Правильность выполнения основных народной, бальной хореографии.

Должны уметь: Уметь передавать движения – образы: олень, лук, шаман и т.д. Владеть своим корпусом и основными движениями для передачи характера исполнения танцев. Работать над ошибками, координацией движений, развитием мягкости, пластичности. Уметь исполнять движения разных стилей. Уметь работать над ошибками, техникой исполнения, эмоциональностью, артистичностью, исполнительским темпераментом.

8-11 класс

Личностные

- знать основы различных стилевых систем танца;
- уметь работать в команде, доводить начатое дело до конца;
- иметь запас танцевальных движений и уметь с их помощью передавать характер музыки.

Метапредметные

- иметь представления о различных направлениях хореографии;
- иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач;
- уметь самостоятельно использовать приобретенные знания на практике.

Предметные

- уметь характеризовать музыкальное произведение,
- уметь согласовывать музыку и движение.

Должны знать: Правильность выполнения движений народного, бального, эстрадного танца. Какие движения можно использовать при импровизации в разных стилях - спортивном, лирическом, драматическом. Знать постановку рук, ног, корпуса, головы народного танца. Правильность выполнения основных народной, бальной хореографии.

Должны уметь: Уметь передавать движения – образы: олень, лук, шаман и т.д. Владеть своим корпусом и основными движениями для передачи характера исполнения танцев. Работать над ошибками, координацией движений, развитием мягкости, пластичности.

Содержание учебного курса.

1-2 класс

Вводное занятие

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с содержанием программы, решение организационных вопросов. Игра «Море волнуется раз...»

Практическая работа. Вводный контроль.

Раздел. Ритмика

Теория: Понятие термина «противоход», рисунки: «квадрат», «звездочка», «змейка», «воротца». Правила поведения в парах.

Практическая работа. Элементы музыкальной грамоты: торжественный характер музыки, умеренный темп музыки, метроритм (длительностей: половинной, целой), сильные и слабые доли. Фигуры в танце: «квадрат», «круг», «звездочка», «змейка», «воротца». Ритмические упражнения в парах. Упражнения на развитие художественно – творческих способностей: «неуклюжий медведь», «цирковые лошадки», «снежинки». Игры: «Ревушка – коровушка», «музыкальное эхо», «путаница», «змейка», «парашютисты» и т.д. Ритмические комбинации: «Давай, танцуй», «В ритме польки», «Бременские музыканты», «Кукла».

Раздел. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практическая работа. Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Раздел. Основы народного танца .

Теория. Понятие «танец». Русский народный танец – часть национальной культуры (традиции, обряды, быт русского народа). Танцевальный этикет на занятиях.

Практическая работа. Разучивание русского поклона. Основные положения корпуса; позиции (5 открытых, 5 прямых), положения ног (на каблук, на носок); позиции (подготовительная, 1,2,3), положения (подготовительное, 1,2) рук; положения головы (3); положения кисти (4). Игры: «Веселый скomorох», «два мороза», «на лесной опушке» и т.д. Разучивание рисунка танца: «Русская плясовая».

Раздел. Детский танец.

Теория. Особенности детского танца.

Практическая работа. «Веселая зарядка», «Лошадки», «Полька», «Ритм-вальс», «Сударушка», «Падеграс». Краткое содержание танцевальных упражнений. Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок). Работа над техникой исполнения и стилем. Разучивание рисунка танца: «Неразлучные друзья»

Раздел. Эстрадный танец.

Теория. Особенности эстрадного танца.

Практическая работа. Позиции рук. (показ учителя). Простейшая композиция танца. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца. Разучивание рисунка танца: Танец «В стиле милитари».

Раздел. «Репетиционно-постановочная работа»

Теория. Культура поведения на сцене. Понятия: «точки» в зале, задник, авансцена и т.д. Этапы постановки номера. Характер танцевальных образов. Язык танца. Рисунок танца.

Практическая работа. Прослушивание музыки. Постановочные репетиции (проучивание движений, движения в связках, в этюдной форме, разводка номера). Технические репетиции. Индивидуальные репетиции (работа с солистами). Сводные репетиции. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене. Генеральные репетиции. Показательные выступления на мероприятиях школы, села.

Итоговое занятие.

Цель: Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей (изменилась ли пластика ребенка в течении года).

Теория. Анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в конце года по принципу «нравится» - не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня».

Практическая работа. Диагностика физического развития.

3-5 класс

Введение

Теория. План работы на учебный год. Техника безопасности на занятиях.

Практическая работа. Вводный контроль.

Раздел. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практическая работа:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Раздел. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практическая работа. Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Раздел. Элементы народно-сценического танца.

Теория: Понятие «танец». Русский народный танец – часть национальной культуры (традиции, обряды, быт русского народа). Танцевальный этикет на занятиях. Элементарные сведения о том или ином виде танца. Постановка корпуса, рук, ног и головы.

Практическая работа. Разучивание русского поклона. Основные положения корпуса (4); позиции (5 открытых, 5 прямых), положения ног (на каблук, на носок); позиции (подготовительная, 1,2,3), положения (подготовительное, 1,2) рук; положения головы (3); положения кисти (4). Разучивание рисунка танца: «Варенька»

Раздел. Бальный танец.

Теория. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши. Знакомство с музыкальным размером 3/4.

Практическая работа. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки. Упражнения на координацию движения. Фигурный вальс - перенос веса с ноги на ногу в умеренном темпе. Изучение элементов танца «Детский вальс» под счёт. Балансе, припадание, трехшаговый поворот. Постановка рук в паре, перемещение по кругу, перестроение в колонну. Игра «Ручеёк».

Раздел. Элементы современного танца

Теория. Особенности танца. Прослушивание музыки. Работа над мимикой, пластикой.

Практическая работа. Разучивание танцевальных движений. Постановка танца.

Отработка отдельных элементов танца. Отработка синхронности в движениях.

Закрепление основных движений с ритмом музыки. Закрепление устранения ошибок.

Разучивание рисунка танца: «Школьный бунт».

Раздел. «Репетиционно-постановочная работа»

Теория. Культура поведения на сцене. Понятия: «точки» в зале, задник, авансцена и т.д. Этапы постановки номера. Характер танцевальных образов. Язык танца. Рисунок танца.

Практическая работа. Прослушивание музыки. Постановочные репетиции (проучивание движений, движения в связках, в этюдной форме, разводка номера). Технические репетиции. Индивидуальные репетиции (работа с солистами). Сводные репетиции. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене. Генеральные репетиции. Показательные выступления на мероприятиях школы, села.

Итоговое занятие.

Цель: Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей (изменилась ли пластика ребенка в течении года).

Теория. Анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в конце года по принципу «нравится» - не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня».

Практическая работа. Диагностика физического развития.

6-7 класс

Введение

Теория. План работы на учебный год. Техника безопасности на занятиях.

Практическая работа. Вводный контроль.

Раздел. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений.

Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практическая работа:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Раздел. Элементы народного танца.

Теория. Беседы по хореографическому искусству на тему «Танцы народов России и Мира», общие сведения об эволюции хореографии, её специфике и особенностях.

Просмотр DVD материала, интернет – ресурсов (по усмотрению педагога).

Практическая работа. Свободные позиции ног (5), закрытые позиции ног (2). Простой поклон на месте и с продвижением вперед. Движения русского танца: притоп (одинарный, двойной, тройной), простой шаг с носка, «шаркающий шаг», «переменный» шаг вперед, простая «ковырялочка», припадание по 1-й прямой позиции вперед и в сторону,

подготовка к присядкам: приседание в 6-й позиции, припадание по 3-й позиции, переступания с выносом ноги на каблук, «мячик» с одинарным хлопком впереди, быстрый бег. Основные (4) и производные направления движения (4) на определенных танцевальных связках. Положения рук в парных танцах (14). Работа в паре. Различные перестроения по фигурам. Комбинации на материале элементов русского танца: «Кудрява», «Матрешки», «Вася- Васелек».

Раздел. Современный танец.

Теория: история современного танца вообще и в отдельности каждого танца.

Практическая работа. Знакомство с музыкой, прослушивание; показ движений, композиции, изучаемого танца. Разучивание рисунка танца «Разучивание рисунка танца: «Потому что»

Раздел. Эстрадный танец.

Теория. Основные стили эстрадного танца. Ритмика. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Слушание и разбор музыки танца «Радиосемья», «Я, ты, он, она» .

Практическая работа. Разучивание основных движений танца «Забава», «Чему учат в школе». Обучение, основанное на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняемых под музыку. На занятиях логически сочетаются все виды деятельности: ритмика, прослушивание музыки, упражнения на ориентацию в пространстве, развитие танцевальных и физических данных.

Раздел. «Репетиционно-постановочная работа»

Теория. Культура поведения на сцене. Понятия: «точки» в зале, задник, авансцена и т.д. Этапы постановки номера. Характер танцевальных образов. Язык танца. Рисунок танца.

Практическая работа. Прослушивание музыки. Постановочные репетиции (проучивание движений, движения в связках, в этюдной форме, разводка номера). Технические репетиции. Индивидуальные репетиции (работа с солистами). Сводные репетиции. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене. Генеральные репетиции. Показательные выступления на мероприятиях школы, села, района.

Итоговое занятие.

Цель: Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей (изменилась ли пластика ребенка в течении года).

Теория. Подведение итогов. Чаепитие. Анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в конце года по принципу «нравится» -не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня».

Практическая работа. Диагностика физического развития.

8-11 класс

Введение

Теория. План работы на учебный год. Техника безопасности на занятиях.

Практическая работа. Вводный контроль.

Раздел. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений.

Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: 9 музыка, темп, такт.

Практическая работа:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Раздел. Историко-бытовой танец

Теория. Исторический бальный танец России XVII-XIX веков. Своеобразие возникновения и развитие бального танца в России. Реформы Петра I. Успешное приобщение русского аристократического общества к исполнению образцов бального танца. Все виды вальса. «Полонез», «Кадриль», «Вальс», «Полька». Краткое содержание танцевальных упражнений.

Практическая работа. Ориентирование в пространстве: знакомство с направлениями движений в танце; основной шаг польки; основные движение польки; изучение основ танца; основной шаг по линии танца; основной шаг в сторону. Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок). Работа над техникой исполнения и стилем.

Раздел. Элементы современного танца.

Теория. Основные стили современного танца. Ритмика. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Слушание и разбор музыки танца «Наверно потому что».

Практическая работа. Разучивание основных движений «Наверно потому что». Обучение, основанное на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняемых под музыку. На занятиях логически сочетаются все виды деятельности: ритмика, прослушивание музыки, упражнения на ориентацию в пространстве, развитие танцевальных и физических данных.

Раздел «Массовый танец»

Теория. История танца. Построение массового танца;

Практическая работа. Азбука музыкального движения, пластика; разучивание массовых танцев: хороводы, польки, переходные танцы, эстрадные танцы; изучение элементов и комбинаций массового танца. Разучивание рисунка танца: «Русь»

Раздел. «Репетиционно-постановочная работа»

Теория. Культура поведения на сцене. Понятия: «точки» в зале, задник, авансцена и т.д. Этапы постановки номера. Характер танцевальных образов. Язык танца. Рисунок танца.

Практическая работа. Прослушивание музыки. Постановочные репетиции (проучивание движений, движения в связках, в этюдной форме, разводка номера). Технические репетиции. Индивидуальные репетиции (работа с солистами). Сводные репетиции. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене. Генеральные репетиции. Показательные выступления на мероприятиях школы, села, района.

Итоговое занятие.

Цель: Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей (изменилась ли пластика ребенка в течении года).

Теория. Анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в конце года по принципу «нравится» -не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня».

Практическая работа. Диагностика физического развития.

Тематическое планирование

№	Название разделов	Количество часов		
		всего	теория	практика
1-2 класс -68 часов				
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Ритмика	4	1	3
3.	Партерная гимнастика	4	1	3
4.	Основы народного танца	10	1	9
5.	Детский танец	10	1	9
6.	Эстрадный танец	10	1	9
7.	Репетиционно- постановочная работа	27		27
8.	Итоговое занятие	1		1
3-5 класс -68 часов				
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	4	1	3
3.	Партерная гимнастика	4	1	3
4.	Элементы народно-сценического танца	10	1	9
5.	Элементы бального танца	10	1	9
6.	Элементы современного танца	10	1	9

7.	Репетиционно-постановочная, концертная работа	27	1	26
8.	Итоговое занятие	1		1
6-7класс -68 часов				
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	4	1	3
3.	Элементы народного танца	10	1	9
4.	Элементы современного танца	10	1	9
5.	Элементы эстрадного танца	10	1	9
6.	Репетиционно-постановочная работа	31	1	30
7.	Итоговое занятие	1		1
8-11 класс -34 часа				
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	4	1	4
3.	Элементы историко-бытового танца	5	1	4
4.	Элементы современного танца	5	1	4
5.	Массовый танец	5	1	4
6.	Репетиционно-постановочная работа	12		12
7.	Итоговое занятие	1		1