

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 48

**Рабочая программа к
дополнительной общеразвивающей
программе
художественной направленности
«*Just dance-3*»**

Составитель: Филиппова А.И

Содержание.

1. Планируемые результаты.....	3
2. Содержание.....	3
3. Календарно-тематическое планирование.....	6

1. Планируемые результаты

Изучить:

- основные правила движений у станка, понятие о поворотах ан деор и ан дедан;
- комплекс упражнений экзерсиса у станка классического и народного танца;
- основные позиции ног;
- ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых);
- основные позиции рук ;
- дробные движения русского танца;

Развить:

- координацию, гибкость, пластичность, выразительность, точность движений;
- творческое воображение;
- музыкальный вкус и кругозор;

Уметь:

- различать вальс, польку, марш;
- определять чередование сильной и слабой долей такта;
- **научиться** исполнять «полочку», «моторчик», «цепочку», «веревочку», «моталочку», «качели», «Змейку», «распашонку», припадания, ходы;
- **выучить** танец «Кузнецы»;
- **научатся выполнять** Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка», музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

2. Содержание

Тема 1: Вводное занятие

Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2: Партерный экзерсис. Гимнастика. «Улитка».

Упражнение для улучшения гибкости позвоночника.

И.П. – сидя на коленях. На счет «раз-два-три-четыре» голова опустилась вперед, за ней опустились плечи, затем округлилась спина. На счет «пять-шесть-семь-восемь» медленно выпрямились, стараясь, как бы, «развернуться» – «улитка показала рожки». Затем все выполняется в обратном порядке: сначала медленно округляется спина, плечи, затем голова, стараясь, как бы, «свернуться» - «улитка спряталась в домик».

Тема 3: Партерный экзерсис. «Медвежонок».

Упражнение для улучшения гибкости позвоночника.

И.П. – сидя на полу, прижав колени руками к груди, лоб касается коленей.

Лечь на спину в группировке, затем вернуться в И.П. – «качаться» на спине».

Тема 4: Азбука музыкального движения.

Изучение основных музыкальных размеров. Размер 2/2 состоит из двух долей, каждая из которых по длительности равна половинной ноте; размер 3/4 состоит из трёх долей, каждая из которых по длительности равна четвертной ноте; размер 4/4 состоит из четырёх долей, каждая из которых по длительности равна четвертной ноте.

Тема 5: Азбука музыкального движения. Закрепление изученного материала. Изучение основных музыкальных размеров.

Тема 6: Азбука музыкального движения. Изучение сильной и слабой долей такта.

Чередование сильной и слабой долей такта. Акцентирование на сильную долю такта в шагах. Музыкальная структура движения: половинный каданс - полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

Тема 7: Азбука музыкального движения. Марш. Вальс. Полька.

Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Меленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Марши, польки, вальсы в медленном и среднем темпе.

Тема 8: Азбука музыкального движения. Марш. Вальс. Полька.

Закрепление.

Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Меленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Марши, польки, вальсы в медленном и среднем темпе.

Тема 9: Элементы классического танца. Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах ан деор и ан дедан. Эпольман. Основные правила движений у станка.

Тема 10: Элементы классического танца. Основные позы классического танца.

Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, анфас) в позах классического танца.

Тема 11: Элементы классического танца. Батман тандю, батман жете.

Батман тандю с 5-й позиции, во всех направлениях. С затактовым построением. Размер 2/4, темп — модерато (средний). Батман тандю жете по 1-й позиции (вперед и назад).

Тема 12: Элементы классического танца. Рон де жамб пар тер, батман фраппэ. Рон де жамб пар тер - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Размер $\frac{3}{4}$, темп - модерато.

Батман фраппэ - по всем направлениям. Размер 2/4, 4/4, (затакт 1/8, темп — модерато).

Тема 13: Элементы классического танца. Релеве лян. Па де буре.

Релеве лян с 5-й позиции - во всех направлениях (держась за станок одной рукой). Размер 3/4, 4/4 темп - анданте. Па де бурре - с переменной ног (стоя лицом к станку). Размер 2/4, темп - модерато.

Тема 14: Элементы классического танца. Шанжман де пье.

Шанжман де пье (большое) - прыжок с 5-й позиции с переменной ног (лицом к станку). Размер 2/4, темп - аллегро (подвижно).

Тема 15: Элементы классического танца. Закрепление изученного материала. Экзерсис у станка и на середине зала.

Тема 16: Элементы народно-сценического танца.

Русские ходы. Знакомство с русскими ходами:

- а) простой вперед с каблука, с носка;
- б) назад через полупальцы на всю стопу;
- в) с притопом с продвижением вперед и назад;
- г) тройной шаг на полупальцах ударом на четвёртый всей стопой в пол;
- д) боковой шаг на всей стопе, на полупальцах

Тема 17: Работа над репертуаром.

Изучение движений танца- «Вперед, Россия!».

Упражнения «моторчик», «полочка», «воротца», «ковырялочка», «цепочка», «ручеек», «змейка», «распашонка».

Тема 18: Работа над репертуаром. Танец «Вперед, Россия!».

Изучение движений танца- «Вперед, Россия!». и упражнений на гибкость, пластичность, растяжку.

Тема 19: Работа над репертуаром. Танец «Вперед, Россия!». Повторение.

Расстановка танцующих по рисункам в танце.

Тема 20: Работа над репертуаром. Отработка движений танца «Вперед, Россия!».

Тема 21: Работа над репертуаром. Исполнение танца «Вперед, Россия!». Отработка движений. Закрепление изученного материала.

Тема 22: Музыкально-танцевальные игры.

Изучение танцевально-ритмических упражнений – «Нарисуй себя», «Стирка». Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Тема 23: Музыкально-танцевальные игры. Закрепление изученного материала.

Изучение танцевально-ритмических упражнений – «Зеркало», «Повтори-ка».

Тема 24: Творческая деятельность.

Повторение репертуара коллектива. Подготовка к концертной деятельности.

Тема 25: Творческая деятельность. Концерт к международному женскому дню.

Выступление на школьном концерте.

Тема 26: Творческая деятельность. Отработка репертуара коллектива.

Повторение репертуара коллектива. Подготовка к концертной деятельности.

Тема 27: Творческая деятельность. Повторение изученного материала.

Репетиционный прогон репертуара коллектива. Повторение изученного материала.

Тема 28: Творческая деятельность. Закрепление всего материала.

Повторение репертуара коллектива и всего изученного материала.

Тема 29: Творческая деятельность. Подготовка к промежуточной аттестации.

Отработка движений танца «Вперед, Россия!».

Тема 30: Промежуточная аттестация. Танец «Вперед, Россия!».

Показать уровень освоения детьми пройденного хореографического материала, представление танца «Вперед, Россия!», где заняты все дети группы.

3. Календарно-тематический план.

№	Тема	Дата по плану	Дата по факту
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	25.09.23	
2.	Партерный экзерсис. Гимнастика «Улитка».	2.10.23	
3.	Партерный экзерсис. «Медвежонок».	9.10.23	
4.	Азбука музыкального движения.	16.10.23	
5.	Азбука музыкального движения. Закрепление изученного материала.	23.10.23	
6.	Азбука музыкального движения. Изучение сильной и слабой долей такта.	6.11.23	
7.	Азбука музыкального движения. Марш. Вальс. Полька.	13.11.23	
8.	Азбука музыкального движения. Марш. Вальс. Полька. Закрепление.	20.11.23	
9.	Элементы классического танца. Основные правила движений у станка.	27.11.23	
10.	Элементы классического танца. Основные позы классического танца.	4.12.23	
11.	Элементы классического танца. Батман тандю, батман жете.	11.12.23	
12.	Элементы классического танца. Рон де жамб пар тер, батман фраппэ.	18.12.23	
13.	Элементы классического танца. Релеве ляж. Па де буре.	8.01.24	
14.	Элементы классического танца. Шанжман де пье.	15.01.24	
15.	Элементы классического танца. Закрепление изученного материала.	22.01.24	

16.	Элементы народно-сценического танца.		
17.	Работа над репертуаром.	29.01.24	
18.	Работа над репертуаром. Танец «Вперед, Россия!».	5.02.24	
19.	Работа над репертуаром. Повторение.	12.02.24	
20.	Работа над репертуаром. Отработка движений танца «Вперед, Россия!».	19.02.24	
21.	Работа над репертуаром. Повторение изученного материала.	26.02.24	
22.	Музыкально-танцевальные игры.	4.03.24	
23.	Музыкально-танцевальные игры. изученного материала.	11.03.24	
24.	Творческая деятельность.	25.03.24	
25.	Творческая деятельность. Концерт к международному женскому дню.	1.04.24	
26.	Творческая деятельность. Отработка репертуара коллектива.	8.04.24	
27.	Творческая деятельность. Повторение изученного материала.	15.04.24	
28.	Творческая деятельность. Закрепление всего материала.	22.04.24	
29.	Творческая деятельность. Подготовка к промежуточной аттестации. Отработка движений танца «Вперед, Россия!».	6.04.24	
30.	Промежуточная аттестация. Танец «Вперед, Россия!».	13.04.24	