

«Алан-Браво»

Аннотация

Уровень образования (класс): **1-4 класс (начальное общее образование)**

Общее количество часов: **1-4 класс – 102 часа**

Количество часов в неделю: **3**

Срок реализации программы: **1 год**

Составитель: Ключкова В.В., педагог-организатор. Учитель ритмики

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Учащиеся должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры;
- средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса;
- характерные особенности женской и мужской пляски;
- методику исполнения танцевальных комбинаций у станка и на середине зала;
- правила исполнения дробей и вращений;

Учащиеся должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа;
- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на 1/4, 1/2 круга;
- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- выполнять танцевальные ходы и движения русского танца;
- выполнять поклон в народном характере;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию;
- выполнить дробь в такт, соединить их в простую комбинацию;
- исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках (девочки);

Формы подведения итогов.

- Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных

движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

- Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Содержание тем учебного курса с указанием форм и видов деятельности

Основные формы организации деятельности:

Танцевальный кружок

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

Основные виды деятельности:

Игровая

Спортивно-оздоровительная (практическое усвоение навыков хореографических)

Тема1. Вводное занятие. Беседа на тему бальные танцы. Правила поведения в танцевальном зале.(3 ч)

1.1.Вводное занятие. Беседа на тему бальные танцы

1.2.Правила поведения в танцевальном зале.

1.3.Основные требования к занятию хореографией.

Тема 2. Бальные танцы. «Джайв».(24)ч.

2.1.Джайв. Подготовительные упражнения.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Джайв») Подъем бедра Ки-ки Ки-ки через шаг

2.2Джайв. Основной шаг.Специальные упражнения танца «Джайв» синкопированное шассе (шаг, приставка, шаг) влево и вправо (у партнерши наоборот) синкопированное шассе с шагом назад и возвращением вперед основной шаг в паре

2.3 Джайв. Раскрытие, закрытие.

Специальные упражнения Основной шаг по одному, в паре Раскрытие по одному, в паре

Закрытие по одному, в паре Вариация из трех фигур

2.4Джайв. Смена мест.

Подготовительные упражнения Основной шаг Раскрытие, закрытие Основной ход со сменой мест Вариация из пройденных фигур по одному, в паре

2.5 Джайв. Смена рук за спиной.

Подготовительные упражнения Основной шаг Раскрытие, закрытие Основной ход со сменой мест, Смена рук за спиной, Вариация из пройденных фигур по одному, в паре .

2.6Джайв. Спин-поворот.

Подготовительные упражнения Основной шаг Раскрытие, закрытие; Основной ход со сменой мест; Смена рук за спиной; Спин-поворот, Вариация из пройденных фигур в паре.

2.7 Джайв. Вариации.

Подготовительные упражнения Вариация из пройденных фигур по одному Вариация из пройденных фигур в паре

2.8 Джайв. Подготовка концертных номеров.

Подготовительные упражнения Пройденные фигуры по одному Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест, основной шаг, смена рук за спиной)

Тема 3. Бальные танцы. Ча- ча - ча. 38ч.

3.1 Ча- ча- ча. Подготовительные упражнения. Основной шаг.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Ча- ча- ча») Подготовительные упражнения для исполнения основных движений танца Шоссе Основное движение по одному

3.2 Ча- ча- ча. Лок-степ.

- Подготовительные упражнения
- Основное движение по одному
- Позиция в паре
- Основное движение в паре
- Лок-степ по одному, в паре

3.3 Ча- ча- ча. Нью- Йорк.

- Подготовительные упражнения;
- Основное движение, лок-степ по одному
- Нью- Йорк
- Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основное движение, лок-степ, Нью-Йорк)

3.4 Ча- ча- ча. Алемана.

- Подготовительные упражнения
- Основное движение, лок-степ, Нью-Йорк по одному
- Алемана по одному (соло-поворот партнерши)
- Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основное движение, лок-степ, Нью-Йорк, Алемана)

3.5 Ча- ча- ча . Спот-поворот.

Подготовительные упражнения; Основное движение, лок-степ, Нью-Йорк, Алемана по одному, Спот-поворот, Вариация из пройденных фигур в парах

3.6 Ча- ча- ча . Турецкое полотенце.

Подготовительные упражнения; Основное движение, Лок-степ, Нью-Йорк, Алемана , Спот-поворот по одному, Вариация из пройденных фигур в парах, Турецкое полотенце по одному, Вариация из пройденных фигур в парах , Турецкое полотенце в парах

3.7 Ча- ча- ча . Веер.

Подготовительные упражнения; Основное движение, , лок-степ , Нью-Йорк, Алемана , Спот-поворот , Турецкое полотенце по одному, Вариация из пройденных фигур в парах , Веер по одному

3.8 Ча- ча- ча . Волчок.

Подготовительные упражнения; Основное движение, , лок-степ, Нью-Йорк, Алемана , Спот-поворот , Турецкое полотенце по одному, Вариация из пройденных фигур в парах , Веер в парах, Волчок по одному

3.9 Ча- ча- ча . Вариации.

Подготовительные упражнения; Основное движение, , лок-степ, Нью-Йорк, Алемана , Спот-поворот , Турецкое полотенце по одному, Веер в парах, Волчок в парах, , Вариация из пройденных фигур в парах .

3.10 Ча- ча- ча . Подготовка концертных номеров.

Тема 4. Бальные танцы. Румба. 29ч.

4.1 Румба. Подготовительные упражнения. Основной шаг.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Румба») Подготовительные упражнения Работа рук Основной шаг

4.2 Румба. Нью-Йорк. Рука в руке.

Подготовительные упражнения Работа рук Основной шаг по одному Нью - Йорк по одному Рука в руке по одному Позиция в паре Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке в паре

4.3 Румба. Спот поворот, Алемана.

Подготовительные упражнения Работа рук Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке по одному Спот поворот по одному, в паре Алемана поворот по одному, в паре

4.4 Румба. Вариации из основных фигур.

Подготовительные упражнения Работа рук Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке Спот поворот в парах Алемана в парах

4.5 Румба. Веер.

Подготовительные упражнения Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке Спот поворот в парах Алемана в парах Веер по одному

4.6 Румба. Вариация.

Подготовительные упражнения Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке Спот поворот, алемана веер по одному Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спот поворот, алемана, веер в паре

4.7 Румба. Подготовка концертных номеров.

Контрольный урок (по теории и практике)

Тема 5. Бальные танцы. Самба. 29 ч.

5.1 Самба. Подготовительные упражнения. Основное движение.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Самба») Подготовительные упражнения для исполнения основных движений танца Баунс Основное движение по одному

5.2 Самба. Виск.

- Подготовительные упражнения
- Основное движение по одному
- Позиция в паре
- Основное движение в паре
- Виск по одному, в паре

5.3 Самба. Вольта.

- Подготовительные упражнения;
- Основное движение, виск по одному
- Вольта
- Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основное движение, виск, вольта)

5.4 Самба.Бота фого.

- Подготовительные упражнения
- Основное движение, виск, вольта по одному
- Бота фого по одному (теневая бота фого)
- Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основное движение, виск, вольта, бота фого)

5.5 Самба ход на месте.

Подготовительные упражнения; Основное движение, виск, вольта, бота фого по одному Самба ход по одному Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, бота фого) Самба ход в парах

5.6 Самба. Вариация.

Подготовительные упражнения; Основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход по одному Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход на месте)

5.7 Самба. Подготовка концертных номеров

Подготовительные упражнения; Основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход по одному Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход)

Тема 6. Бальные танцы.Танго. 21ч.

6.1 Танго. Основной ход.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Танго») Подготовительные упражнения Ход лицом по линии танца Ход спиной по линии танца

6.2 Танго. Кортэ.

Подготовительные упражнения Основной ход по одному Кортэ по одному Позиция в паре Основной ход и кортэ в паре

6.3 Танго. Вариация в паре.

Подготовительные упражнения Основной ход и кортэ по одному Основной ход и кортэ в паре

6.4 Танго. Выход в открытый променад.

Подготовительные упражнения Основной ход и кортэ по одному Выход в открытый променад по одному Основной ход, кортэ, выход в открытый променад в паре

6.5 Танго. Закрытый променад.

Подготовительные упражнения Основной ход, кортэ, выход в открытый променад по одному Закрытый променад Основной ход, кортэ, выход в открытый променад в паре Закрытый променад в паре

6.6 Танго. Вариация.

Подготовительные упражнения Выход в открытый променад, закрытый променад по одному Позиция в паре Выход в открытый променад, закрытый променад в паре

6.7 Танго. Итоговое занятие.

Контрольный урок.

Тема7. Бальные танцы.Венский вальс. 10ч.

7.1 Венский вальс. Подготовительные упражнения. Основной шаг.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Венский вальс») Подготовительные упражнения Позиция рук в паре Основной шаг

7.2 Венский вальс. Правый поворот.

Подготовительные упражнения Большой квадрат Позиции рук в паре Правый поворот по одному Правый поворот в паре

7.3 Венский вальс. Левый поворот.

Подготовительные упражнения Большой квадрат Позиции рук в паре Левый поворот по одному Левый поворот в паре

7.4 Медленныйвальс. Итоговое занятие.

Тема 8 Медленный Вальс Подготовительные упражнения 22ч.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танцаМедленный вальсПодготовительные упражнения Позиция рук в паре Основной шаг

8.1Квадрат на месте

Планируемые результаты

- личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей
- метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий
- предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций на необходимом уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.
- Выступление перед родителями, проведение открытых занятий, участие в мероприятиях школы и города.

Ожидаемые результаты

Уровни освоения предлагаемых знаний, умений и навыков:

- общекультурный (1 и 2 годы обучения);
- углубленный (3, 4 и 5 годы обучения);
- профессионально-ориентированный (6 и 7 годы обучения).
- **В конце 1 года обучения ребенок знает:**
- историю балетных танцев (начальные знания);
- требования к правильной осанке; основные позиции рук, ног, головы; - правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения на танцевальном паркете, правила поведения во время аттестаций.

В конце 1 года обучения ребенок знает и умеет:

- исполнять программу «10 ступеней мастерства» в объеме с 1 по 4 ступень; - прохлопывать и протопывать различные танцевальные ритмы, используемые в танцах – выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 1 года обучения;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений программы «10 ступеней мастерства» в объеме с 1 по 4 ступень;
- показывать свое исполнительское мастерство перед судьями на аттестациях и внутриклубных конкурсах и перед зрителями на концертах. **В конце 2 года обучения ребенок знает:**
- основные позиции корпуса, рук, ног, головы для танцевальной пары; - правила поведения в танцевальной паре, правила поведения на соревнованиях.

В конце 2 года обучения ребенок знает и умеет:

- исполнять программу «10 ступеней мастерства» в объеме с 5 по 8 ступень; - различные танцевальные ритмы, используемые в танцах программы «10 ступеней мастерства» в объеме с 5 по 8 ступень, умеет их прохлопывать и протопывать; - выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 2 года обучения;
- выполнять расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений; - показывать свое исполнительское мастерство перед судьями на аттестациях и внутриклубных конкурсах, перед зрителями на концертах. **В конце 3 года обучения ребенок знает:**
- музыкальные ритмы танцев программы «10 ступеней мастерства» в объеме 9 и 10 ступени и программы «Восходящие звезды» в объеме 1 и 2 ступени;

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении танцев программы Московской федерации танцевального спорта (МФТС) для начинающих танцоров-спортсменов;
- правила исполнения программы МФТС для начинающих танцоров-спортсменов на соревнованиях;

Раздел 1 Вводное занятие. Беседа на тему бальные танцы. Правила поведения в танцевальном зале. (3 ч)
--

- правила спортивного костюма МФТС для начинающих танцоров-спортсменов; - правила проведения соревнований МФТС для начинающих танцоров-спортсменов; **В конце 3 года обучения ребенок знает и умеет:**
- исполнять программу «10 ступеней мастерства» в объеме 9 и 10 ступеней;
- исполнять программу «Восходящие звезды» в объеме 1 и 2 ступеней;
- исполнять программу МФТС для начинающих танцоров-спортсменов;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 3 года обучения; - выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для начинающих танцоров-спортсменов;
- умеет показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на аттестациях и на соревнованиях МФТС.

Тематическое планирование 1-4 класс

1	1ч	Вводное занятие. Беседа на тему бальные танцы	текущий	Практический урок	Повторить
	1				
2	2	Правила поведения в танцевальном зале.	текущий	Практический урок	
3	3	Основные требования к занятию хореографией.	текущий	Практический урок	
Раздел 2 Бальные танцы. Джайв (24ч)					
4	4	История возникновения танца.	текущий	Практический урок	
5	5	Подготовительные упражнения.	текущий	Практический урок	
6	6	Постановка корпуса	текущий	Практический урок	
7	7	Постановка рук	текущий	Практический урок	Повторить
8	8	Постановка ног	текущий	Практический урок	
9	9	Подготовительные упражнения	текущий	Практический урок	
10	10	Подготовительные упражнения танца джайв	текущий	Практический урок	
11	12	Техника исполнения	текущий	Практический урок	Повторить
12	13	Техника исполнения по одному и в паре	текущий	Практический урок	
13	14	Отработать в медленном темпе подготовительные движение	текущий	Практический урок	
14	15	Отработать под музыку подготовительные движение	текущий	Практический урок	
15	16	Смена рук за спиной, техника исполнения по одному и в паре	текущий	Практический урок	

16	17	Работа рук и головы	текущий	Практический урок	
17	18	Выучить основное движение	текущий	Практический урок	Повторить
18	19	Отработать работу ног	текущий	Практический урок	
19	20	Отработать работу рук	текущий	Практический урок	
20	21	Работа рук и головы, отработать под музыку в медленном	текущий	Практический урок	
21	22	Работа рук и головы, отработать в паре	текущий	Практический урок	
22	23	Отработать работу стопы	текущий	Урок-наблюдение	Подобрать муз.матер-л
23	24	Отработать основной шаг паре	текущий	Практический урок	
24	25	Подготовительные упражнения	Текущий	Практический урок	
25	26	Отработать упражнения	текущий	Практический урок	
26	27	Отработать подготовительные упражнения в паре	текущий	Практический урок	
	2 ч				
27		Отработать основной шаг в паре и под музыку	текущий	Практический урок	Повторить
Раздел 3 Бальные танцы. Ча-ча-ча.(26 ч)					
28	2	История возникновения танца.	текущий	Практический урок	
29	3	Подготовительные упражнения.	текущий	Практический урок	

30	4	Постановка корпуса	текущий	Практический урок	
31	5	Постановка рук	текущий	Практический урок	
32	6	Постановка корпуса	текущий	Практический урок	
33	7	Постановка ног	текущий	Практический урок	
34	8	Отработать технику	текущий	Практический урок	
35	9	Отработать под музыку	текущий	Практический урок	
36	10	Выучить движение основной шаг	текущий	Урок новых знаний	Найти муз.матер-л
37	11	Отработать технику исполнения, по одному	текущий	Практический урок	
38	12	Отработать под музыку в медленном темпе	текущий	Практический урок	
39	13	Отработать технику исполнения в паре	текущий	Практический урок	
40	14	Отработать технику исполнения, по одному и в паре, работа рук	текущий	Практический урок	
41	15	Отработать под музыку	текущий	Практический урок	
42	16	Выучить движение Нью Йорк	текущий	Практический урок	
43	17	Отработать технику исполнения	текущий	Практический урок	
44	18	Отработать под музыку в медленном затем.	текущий	Практический урок	Подобрать муз.матер-л
45	19	Отработать в паре в медленном	текущий	Практический урок	

		тэмпе			
46	20	Отработать технику исполнения	текущий	Практический урок	
47	21	Отработать под музыку в быстром темпе.	текущий	Практический урок	
	3 ч				
48	1	Повторить подготовительные упражнения	текущий	Практический урок	Повторить
49	2	Отработать технику исполнения	текущий	Практический урок	
50	3	Соединить Основной Шаг и Нью Йорк	текущий	Практический урок	
51	4	Отработать вариацию	текущий	Практический урок	
52	5	Отработать работу колен в танце ча-ча-ча.	текущий	Практический урок	
53	6	Отработать вариацию под музыку в паре	текущий	Практический урок	
Раздел 4 Бальные танцы. Ча-ча-ча. (15 ч)					
54	7	Повторить подготовительные упражнения	текущий	Практический урок	
55	8	Подготовительные упражнения, основной шаг.	текущий	Практический урок	
56	9	Подготовка корпуса	текущий	Практический урок	
57	10	Рука в руке. Выучить движения	текущий	Практический урок	
58	11	Отработать технику исполнения,	текущий	Практический урок	
59	12	Отработать под музыку	текущий	Практический урок	

60	13	Отработать в паре	текущий	Практический урок	Повторить
61	14	Отработать технику исполнения, по одному и в паре	текущий	Практический урок	
62	15	Отработать под музыку в быстром темпе.	текущий	Практический урок	
63	16	Соединить выученные упражнения	текущий	Практический урок	Повторить
64	17	Отработать технику исполнения	текущий	Практический урок	
65	18	Отработать под музыку	текущий	Практический урок	
66	19	Вариация в паре, соединить.	текущий	Практический урок	
67	20	Отработать вариации в паре медленном темпе.	текущий	Практический урок	
68	21	Отработать вариации в паре в быстром темпе.	текущий	Практический урок	

Раздел 5 Бальные танцы. Самба.(17 ч)

69	22-23	История возникновения танца самба	текущий	Практический урок	
70	24	Подготовительные упражнения	текущий	Практический урок	
71	25	Отработать технику исполнения т	текущий	Практический урок	
72	26	Отработать упражнения	текущий	Практический урок	
73	27-28	Баунс. Выучить движение	текущий	Практический урок	
74		Отработать технику	текущий	Практический	

	29			урок	
	4 ч				
75	1	Отработать под музыку	текущий	Практический урок	
76	2	Бота фого. Выучить движение	текущий	Практический урок	Повторить
77	3	Отработать технику исполнения танца самба	текущий	Практический урок	
78	4	Отработать по одному и в паре, работу рук и головы	текущий	Практический урок	
79	5	Отработать движение «бота фого» под музыку в медленном темпе	текущий	Практический урок	
80	6	Отработать в паре	текущий	Практический урок	
81	7	Отработать технику исполнения в паре	текущий	Практический урок	
82	8	Отработать под музыку в медленном затем в быстром темпе	текущий	Практический урок	
83	9	Выучить вариации из основных фигур	текущий	Практический урок	
84	10	Отработать вариацию	текущий	Практический урок	
85	11	Отработать под музыку в медленном затем в быстром темпе.	текущий	Практический урок	Повторить
Раздел 6 Бальные танцы. Самба.(17ч)					
86	12	Отработать подготовительные упражнения Самба	текущий	Практический урок	
87	13	Основной ход Бота фого. Отработать технику	текущий	Практический урок	
88	14	По одному и в паре отработать	текущий	Практический	

				урок	
89	15	Отработать под музыку в медленном темпе	текущий	Практический урок	
90	16	Вольта. Выучить движение	текущий	Практический урок	
91	17	Отработать технику исполнения	текущий	Практический урок	
92	18	Отработать под музыку в медленном темпе	текущий	Практический урок	
93	19	Вольта в паре	текущий	Практический урок	
94	20	Отработать технику исполнения, по одному и в паре.	текущий	Практический урок	
95	21	Соединить выученные упражнения в вариацию. Отработать	текущий	Практический урок	
96-102		Резерв. Отработка полученных навыков			