

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ПОС. СОКСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ИСАКЛИНСКИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

Проверена  
Зам. директор по УВР

Утверждена  
Директор школы

Крутько С.Н.  
(подпись)  
«27» августа 2022

Аникина Л.И.  
(подпись)  
«27» августа 2022



C=RU, O=ГБОУ СОШ  
пос. Сокский,  
CN=Аникина Лидия  
Ивановна,  
E=soksk\_sch\_isk@sa  
mara.edu.ru  
00f9d0d72e0edfb7cc  
2022.09.18 21:28:  
32+03'00'

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Предмет (курс) Танцевальная студия «Драйв»**

**Класс 5-9**

Рассмотрена на заседании ШМО

Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Председатель МО

\_\_\_\_\_  
(ФИО)

\_\_\_\_\_  
(подпись)

## Пояснительная записка

Данная программа ориентирована на формирование гармонически развитой личности средствами кружка «Драйв».

Рабочая программа ориентирована на учащихся 5-9 классов и составлена на 5 лет обучения. Занятие проводится один раз в неделю по 1 часу. Общее количество часов за пять лет составляет 170 часов.

Объем учебного времени, предусмотренный планов внеурочной деятельности образовательного учреждения на реализацию курса внеурочной деятельности «Драйв».

| Класс/количество часов            | 1 год обучения | 2 год обучения | 3 год обучения | 4 год обучения | 5 год обучения |
|-----------------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Количество часов (общее на 5 лет) | 170            |                |                |                |                |
| Количество часов (на год)         | 34             | 34             | 34             | 34             | 34             |
| Недельная нагрузка                | 1              | 1              | 1              | 1              | 1              |

Каждый год программа курса имеет свое название и содержание, соответствующее возрасту.

1 год обучения «Черлидинг».

2 год обучения «Русско-народный сценический танец».

3 год обучения «Народно-сценический танец».

4 год обучения «Современный танец».

5 год обучения «Бальный танец».

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе реализации программы у обучающихся формируются познавательные, личностные, коммуникативные навыки.

**Личностными результатами** изучения курса внеурочной деятельности «Драйв» являются:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей. У учащихся формируются умения:
- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

**Метапредметными результатами:**

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

**Познавательные УУД:**

- Владение широким арсеналом танцевальных двигательных действий и основных хореографических упражнений, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности;
- Знание по истории и развитию различных танцевальных направлений, балета, ациклических видов спорта, связанных с видами спортивного искусства и о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- Знание о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;
- Знание об индивидуальных особенностях физического развития;
- Знание о функциональных возможностях организма.

**Коммуникативные УУД:**

- формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило позитивные эмоции;
- развивать навыки взаимодействия в группе;
- развивать вербальные и невербальные навыки общения посредством танцевальных движений под музыкальное сопровождение;
- умение танцевать в коллективе.
- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства;
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства.

**Регулятивные УУД:**

- Формирование способности личности к целеполаганию и построению жизненных планов во временной перспективе;
- Развитие регуляции спортивно-оздоровительной деятельности;
- Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

## Содержание программы курса внеурочной деятельности

### Программа курс внеурочной деятельности состоит из 3-х разделов:

- теоретический раздел – формирует систему знаний об истории развития танцевального творчества различных эпох;
- практический раздел (практические занятия);
- контрольный раздел, цель которого – объективное выявление знаний и навыков учащихся по результатам их учебной и практической деятельности.

| Тема   | Содержание курса   |
|--|--|
| Основы знаний о развитии Черлидинга, ТБ.               | Инструкция для занимающихся (требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю, к одежде занимающихся). Правила личной гигиены на занятиях и в быту. Профилактика травматизма. Знакомство с программой на год.   |
| Программа «Чир».                                       | Разучивание базовых положений: рук, ног, выпадов, стоек.<br>Разучивание простых кричалок, подвижные игры.<br><br>Базовые положения кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп.<br><br>Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног.<br><br>Выпады: стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад. Стойки: на |
| Программа «Чир».                                       | Простые кричалки. Виды движений под музыку.<br>Упражнения на выносливость, гибкость, координацию   |
| Программа «Данс»                                       | Прогрессия обучения, техника выполнения, уровни сложности.<br>обязательные элементы: шпагаты, лип – прыжки, чир – прыжки.<br>Танцевальные шаги.  |
| Пирамиды.  | Правила построения пирамид. Методика обучения, виды пирамид  |
| Виды пируэтов.   | Уровни сложности. Методика обучения пируэтам   |
| Постановочная работа                                   | Показательные выступления перед учащимися и их родителями.   |
| Знакомство с историей танца.                           | Положение ног, рук, головы и корпуса. Поклон.  |
| Подготовительные                                       | Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из стороны в сторону, скрещивание перед грудью, движения рук   |
| Освоение приемов движения.                             | Ходы и основные движения: простой шаг, переменный ход, виды танцевального бега, виды проходов, боковые ходы («припадание», «гармошка», «елочка»).  |
| Освоение основных движений и элементов танца и пляски. | Дроби: дробная дорожка, дробь с подскоком, дробь с подскоком и переступанием. «Веревочка»: простая, с переступанием. «Моталочка». «Молоточки». «Ковырялочка».  |
| Работа над музыкально-пространственными композициями.  | Понятие в выборе музыкальной композиции. Прослушивание различных композиций, выбор композиций, передача ритма музыки.  |
| Творческие задания                                     | Подобрать самостоятельно музыкальную композицию.<br>Придумать новые движения. Импровизация.  |

|   |   |
|---|---|
| Постановочная работа  | Показательные выступления перед учащимися и их родителями.  |
| Знакомство с историей танца. «Украинский народный танец», «Молдавский народный танец», «Польский народный танец». | Просмотр видео.<br>Положение ног, рук, головы и корпуса. Поклон.<br>Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из стороны в сторону.   |
| Освоение приемов движения.  | Теория движения в танце. Украинский народный танец: Медленный женский ход. Ход назад с остановкой на третьем шаге. «Веребочка» простая и двойная. «Тынок» (перескок с ноги на ногу).<br>Молдавский народный танец: Положение ног. Положения рук в сольном и массовом танцах. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением). Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед. Польский народный танец: Позиции и положения ног. Положения рук в танце. |
| Освоение основных движений и элементов танца и пляски.  | Украинский народный танец: «Выступцы» (подбивание одной ногой другую). Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в парном и массовом танце. Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские). Притопы. «Бегунец».<br>«Голубец» на месте и с продвижением в сторону.<br>Польский народный танец: Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции  |
| Творческие задания  | Подобрать самостоятельно музыкальную композицию.<br>Придумать новые движения. Импровизация.   |
| Постановочная работа  | Показательные выступления перед учащимися и их родителями.  |
| История возникновения хип-хоп-аэробики, основные стили.   | Просмотр видео. Принципы движений хип-хоп-аэробики.<br>1. «Old school»-«старая школа», танцевальная база-элементы брейк-данса;<br>2. «Groovin»- «чувства , выраженные в движении», отталкиваясь от музыки стиля R&B, движения с большой амплитудой;<br>3. «House» - Органичность этого танцевального направления заложена в музыке хаус, в основе которой   |
| Общая физическая подготовка.  | Упражнения на развитие силовых качеств.<br>Упражнения на развитие выносливости.<br>Упражнения на гибкость.  |

|   |   |
|---|---|
|   | Упражнения на растягивани: выпады; шпагаты: продольный левый, продольный правый, поперечный, «захват ноги»,<br><br>«мах в кольцо». Общая физическая подготовка Основной набор упражнений: подтягивания, отжимания, приседания,  |
| Освоение приемов движения в направления хип хопа:<br><br>«Old school»,<br><br>«Groovin», «House». | Практические занятия с музыкальным сопровождением. Учащиеся отрабатывают данный вид движения, согласовывая с музыкой.<br><br>1. «Изоляция»-движение, осуществляемое одной частью тела в одном суставе при неподвижном положении другой.<br>2. «Оппозиция»-движение, намеренно нарушающее прямую линию с целью противопоставления одной части тела другой.<br>3. «Противодвижение» - (вариант оппозиции) - движение одной части тела навстречу другой.<br>4. «Мультипликация» - одно движение, раскладывающееся на |
| Творческие задания  | Подобрать самостоятельно музыкальную композицию. Придумать новые движения. Импровизация.  |
| Работа над музыкально-пространственными композициями  | Понятие в выборе музыкальной композиции. Прослушивание различных композиций, выбор композиций, передача ритма музыки  |
| Постановочная работа  | Показательные выступления перед учащимися и их родителями.  |
| Исторический бальный танец 18-19 в. Полонез. Бальная мазурка. Вальс.                              | Просмотр видеоматериалов по данной теме, их анализ и сравнение в изменении исполнения бальных танцев, их совершенствование. Коллективное прослушивание музыкальных произведений данной эпохи. Находить материал об изменении танцевального костюма.<br><br>Ознакомление и изучение танцевальных движений в  |
| Освоение приемов движения.  | Позиции ног- 1,2,3,5.<br><br>Позиции рук - 1,2,3, подготовительная.<br>Деми плие, гранд плие.<br><br>Батман тандю. Батман тандю жете.   |
| Освоение основных движений и элементов танца.   | Реверансы и поклоны. Изучение танца «Полонез». Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и мелкогрупповая. Изучение вальсового шага.  |
| Творческие задания.   | Используя движения, разученные на занятиях. Этюд<br><br>«ВЕЧНА». Массовая импровизация. Музыка Э. Грига<br><br>«Весной». Ученикам предлагается выразить настроение,   |
| Работа у станка   | Партер  |
| Постановочная работа  | Парный танец Вальс на выпускной бал.  |

**Содержание 1 года обучения ( Черлидинг)**

| <b>№</b> | <b>Наименование раздела/темы</b>                                      | <b>Теория</b> | <b>Практика</b> | <b>Количество часов</b> |
|----------|---|---------------|-----------------|-------------------------|
| 1        | Основы знаний о развитии Черлидинга, ТБ.                              | 1             | 1               | 2                       |
| 2        | Обучение Чир – прыжкам  |               | 5               | 5                       |
| 3        | Прогрессия обучения, техника выполнения, уровни сложности             | 2             | 4               | 6                       |
| 4        | Пирамиды. Правила построения пирамид. Методика обучения, виды пирамид | 1             | 5               | 6                       |
| 5        | Виды пируэтов. Уровни сложности. Методика обучения пируэтам           | 1             | 5               | 6                       |
| 6        | Постановочная работа  |               | 9               | 9                       |
|          | <b>Итого:</b>   | <b>5</b>      | <b>29</b>       | <b>34</b>               |

**Содержание 2 года обучения (русско-народный сценический танец)**

| <b>№</b> | <b>Наименование раздела/темы</b>                         | <b>Теория</b> | <b>Практика</b> | <b>Количество</b> |
|----------|--|---------------|-----------------|-------------------|
| 1        | Знакомство с историей танца. Подготовительные упражнения | 1             | 1               | 2                 |
| 2        | Освоение приемов движения.                               |               | 5               | 5                 |
| 3        | Освоение основных движений и элементов танца и пляски.   | 2             | 4               | 6                 |
| 4        | Работа над музыкально-пространственными композициями.    | 1             | 5               | 6                 |
| 5        | Творческие задания.                                      | 1             | 5               | 6                 |
| 6        | Постановочная работа.                                    |               | 9               | 9                 |
|          | <b>Итого:</b>  | <b>5</b>      | <b>29</b>       | <b>34</b>         |

**Содержание 3 года обучения (народно-сценический танец)**

| <b>№</b> | <b>Наименование раздела/тема</b>                         | <b>Теория</b> | <b>Практика</b> | <b>Количество часов</b> |
|----------|--|---------------|-----------------|-------------------------|
| 1.       | Знакомство с историей танца «Украинский народный танец», | 2             | 2               | 4                       |
| 2.       | Освоение приемов движения.                               |               | 6               | 6                       |

|    |  |          |           |           |
|----|--|----------|-----------|-----------|
| 3. | Освоение основных движений и элементов танца и пляски. | 2        | 6         | 8         |
| 4. | Творческие задания                                     | 1        | 7         | 8         |
| 5. | Постановочная работа                                   | 1        | 7         | 8         |
|    | <b>Итого:</b>  | <b>6</b> | <b>28</b> | <b>34</b> |

**Содержание 4 года обучения (современный танец)**

| № | Наименование раздела/тема   | Теория   | Практика  | Количество часов |
|---|---|----------|-----------|------------------|
| 1 | История возникновения хип-хоп-аэробики, основные стили.   | 1        | 1         | 2                |
| 2 | Общая физическая подготовка.<br>Упражнения на развитие силовых качеств.<br><br>Упражнения на развитие |          | 5         | 5                |
| 3 | Освоение приемов движения в направлениях хип-хопа:<br><br>«Old school», «Groovin»,                    | 2        | 4         | 6                |
| 4 | Творческие задания  | 1        | 5         | 6                |
| 5 | Работа над музыкально-пространственными композициями.   | 1        | 5         | 6                |
| 6 | Постановочная работа  |          | 9         | 9                |
|   | <b>Итого:</b>   | <b>5</b> | <b>29</b> | <b>34</b>        |

**Содержание 5 года обучения (бальный танец)**

| №  | Наименование раздела/тема  | Теория   | Практика  | Количество часов |
|----|--|----------|-----------|------------------|
| 1. | Исторический бальный танец 18-19 в. Полонез. Бальная мазурка. Вальс. | 1        | 1         | 2                |
| 2. | Освоение приемов движения.   |          | 5         | 5                |
| 3. | Освоение основных движений и элементов танца.                        | 2        | 4         | 6                |
| 4. | Творческие задания.  | 1        | 5         | 6                |
| 5. | Работа у станка.   | 1        | 5         | 6                |
| 6. | Постановочная работа   |          | 9         | 9                |
|    | <b>Итого:</b>  | <b>5</b> | <b>29</b> | <b>34</b>        |



**Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной  
деятельности обучающихся**

В 2019-2020 учебном году тематическое планирование представлено для второго года обучения, так как внеурочная деятельность по данному направлению началась в 2018-2019 учебном году.

| <b>№</b> | <b>Тема</b>   | <b>Количество аудитор</b> | <b>Вид внеурочной деятельности</b> |
|----------|---|---------------------------|------------------------------------|
| 1        | Инструктаж по ТБ  | 1                         | Познавательная                     |
| 2        | Знакомство с историей танца.<br>Подготовительные упражнения.                      | 1                         | Познавательная                     |
| 3        | Ходы и основные движения: виды проходов.  | 1                         | Досугово-развлекательная           |
| 4        | Ходы и основные движения: простой шаг.  | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 5        | Ходы и основные движения: переменный ход,   | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 6        | Ходы и основные движения: виды танцевального бега,                                | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 7        | Ходы и основные движения: боковые ходы («припадание», «гармошка»,                 | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 8        | Освоение основных движений и элементов танца и пляски( основные понятия).         | 1                         | Досугово-развлекательная           |
| 9        | Дроби: дробная дорожка.   | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 10       | Дроби: дробь с подскоком.   | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 11       | Дроби: дробь с подскоком и переступанием.   | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 12       | Дроби: Веребочка»: простая, с переступанием. «Моталочка»                          | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 13       | «Моталочка».«Молоточки».«Ковырялочка».  | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 14       | Понятия: музыкально- пространственная композиция, перестроения, темп, ритм и т.д. | 1                         | Познавательная                     |
| 15       | Понятие в выборе музыкальной композиции.  | 1                         | Досугово-развлекательная           |
| 16       | Прослушивание различных композиций.   | 1                         | Познавательная                     |
| 17       | Прослушивание различных композиций, обсуждение. Подбор танцевальных движений.     | 1                         | Познавательная                     |
| 18       | Выбор композиций и подбор образа и роли в танце.                                  | 1                         | Спортивно-оздоровительная          |
| 19       | Передача ритма музыки ( виды ходьбы и бега под музыкальное сопровождение).        | 1                         | Досугово-развлекательная           |

|    |  |   |                           |
|----|--|---|---------------------------|
| 20 | Подобрать самостоятельно музыкальную композицию. Придумать новые движения. Импровизация. | 1 | Досугово-развлекательная  |
| 21 | Придумать новые движения под самостоятельно выбранную музыку.                            | 1 | Досугово-развлекательная  |
| 22 | Придумать новые движения под самостоятельно выбранную музыку в парах.                    | 1 | Познавательная            |
| 23 | Придумать новые движения под самостоятельно выбранную музыку в группах.                  | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 24 | Импровизация под муз сопровождение.  | 1 | Познавательная            |
| 25 | Импровизация под муз сопровождение(продолжение).   | 1 | Познавательная            |
| 26 | Постановочная работа. Танец русский народный.  | 1 | Познавательная            |
| 27 | Русский народный танец (отработка синхронности)  | 1 | Познавательная            |
| 28 | Новогодний танец (постановка)  | 1 | Досугово-развлекательная  |
| 29 | Новогодний танец (отработка синхронности).   | 1 | Досугово-развлекательная  |
| 30 | Танец ко дню Победы (постановка).  | 1 | Познавательная            |
| 31 | Танец ко дню Победы (постановка).  | 1 | Досугово-развлекательная  |
| 32 | Танец ко дню Победы (отработка синхронности).  | 1 | Досугово-развлекательная  |
| 33 | Повторение всех ранее изученных танцевальных композиций.                                 | 1 | Досугово-развлекательная  |
| 34 | Выступление перед родителями и одноклассниками на сцене.                                 | 1 | Досугово-развлекательная  |