

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3 г.Малгобек»

«СОГЛАСОВАНО»

Зам.директора по УВР

Эму Ф.М.Эсмурзиева

« 28 » 08 2023 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор ГБОУ «СОШ №3»

А.С.Албакова

«    »    2023 г.



Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Лезгинка»

на 2023-2024 учебный год

*Направленность программы: Духовно-нравственное*

Возраст обучающихся: 6-16 лет

Срок реализации: 1 год

Количество часов в год: 1 час

Составитель:

Педагог дополнительного образования

Медова Милана Беслановна

2023г.

### Календарно - тематический план

№ п\п	№ Урока	Тема урока	Дата		Количество		Количество часов
			1-4 кл	5-11 кл	часов	теория	
						теория	практика
		<b>Введение. Термины классического.1</b> <b>танца. Понятие об</b> <b>(основных) танцевальных движениях</b>					
1	1.1	Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для .корпуса					2

2 1.2	Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Освоение танцевальных позиций			2	
3 1.3	Упражнения для корпуса. Упражнения для головы, туловища, рук и ног			2	
4 1.4	Освоение танцевальных позиций, упражнения для головы, туловища, рук и ног			2	
	<b>Понятие о координации движений, о.2</b> <b>позиции и положениях рук и ног. Чеченский танец</b>				

5 2.1	Позиции ног. Упражнения ног. Позы классического танца. Изучение некоторых характерных танцев			1	1
6 2.2	Понятие о темпераменте, о чувствах ритма, Основные шаги танца. Прыжки, Танцевальные элементы				1
7 2.3	Позиции ног, Полуприседания и полное приседание. Ноги классического танца. Изучение некоторых характерных танцев				1

8 2.4	<p>Подъем на полупальцы. Шаги с приставкой.          Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением, с поворотами</p>			1
9 2.5	<p>Разучивание разминки кавказского (характера) рук и ног у стонка</p>			1
10 2.6	<p>Позы чеченского характера.          Танцевальные элементы.          Изучение некоторых характерных танцев</p>			1



11	Упражнение для выносливости ног и рук				1
12	Танцевальные элементы. Изучение некоторых характерных танцев				1
13	Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации танца. Понятие об экзерсисе. Просмотр видеоматериалов			1	

14 2.10	Шаги с приставкой по всем направлениям в различных сочетаниях				1
15 2.11	Аварский танец и её особенности. Изучение некоторых характерных танцев				1
16 2.12	Прыжки на двух ногах, на одной, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотами на 1/4 круга. Основные шаги танца				1

17	2.13	Освоение поз и движений классического танца. Позиции ног. Подготовка к веревочке. Маленькие броски ногой. Изучение некоторых характерных танцев			1
18	2.14	Танцевальные элементы. Изучение некоторых характерных танцев			1
<b>(Основы Кавказского танца)</b>					



19 3.1	Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни. Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития			1
20 3.2	Ходы русского характера: марш (по кругу) для укрепления икроножного сустава			1
21 3.3	Элементы чеченского и аварского танца			1
22 3.4	Работа над этюдами (аварский этюд, грузинский этюд, чеченский этюд)			1

27	3.9	Работа над этюдами (грузинский этюд, аварский этюд, чеченский этюд)				1
28	3.10	Повторение изученных танцев				1
29	3.11	Элементы чеченского танца:ход на носочках и на .. полной стопе				1
30	3.12	Освоение поз и движений кавказских танцев				1
<b>. Танцевальные этюды.</b>						
31	4.1	Танцевальная разминка				1
32	4.2	Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: стоя				1

23	3.5	Грузинский танец «Гандаган»				1
24	3.6	Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи				1
25	3.7	Понятие об особенностях работы опорно- двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессионально м мастерстве танцора. Правила танцевального .этикета			1	
26	3.8	Ходы аварского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Танец «Девичий «перепляс				1

33	4.3	Техника прыжков и вращений			1	
34	4.4	Техника прыжков и вращений				1
35	4.5	. Грузинский танец				1
36	4.6	Аварский танец				1
37	4.7	Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата			1	
38	4.8	Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: стоя				1
39	4.9	. Грузинский танец				1
40	4.10	. Чеченский танец				1

41 4.11	Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки:стоя				1
42 4.12	Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п	1			
43 4.13.	Освоение поз и движений, характерных для кавказских танцев	1			
44 4.14	Индивидуальная работа с одаренными учениками				1
45 4.15	Вайнахский танец				1



46	4.16	Техника прыжков и вращений				1
<b>.Постановка танцев.</b>						
47	5.1	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в .вайнахском танце				1
48	5.2	Отработка вайнахского. .танца				1
49	5.3	Тренинг современной танцевальной .пластики			2	
50	5.4	Тренинг современной танцевальной .пластики				1
51	5.5	Отработка исполнительной техники прыжков и вращений				1

52	5.6	Исполнительское мастерство в ритме современной музыки				1
53	5.7	Исполнительское мастерство в ритме горского танца				1
54	5.8	Исполнительское мастерство в ритме горского танца				1
55	5.9	Исполнительское мастерство в ритме рутульского танца				1

56	5.10	Подготовка танцевальных костюмов. Понятие с макияже. Создание сценического макияжа					1
57	5.11	Разучивание элементов танца, рисунка танца					1
58	5.12	Закрепление музыкально-ритмического материала в игре					1
59	5.13	Индивидуальная работа с одаренными учениками					1
60	5.14	« Гандаган»					2

61 5.15	классический тренаж: деми-плие по 6-й позиции, батман тандю в сторону, вперед, назад крестом, .сотэ			1
62 5.16	Пластические этюды на подражание растений и животных. Участие коллектива в праздничных мероприятиях, посв. Дню .Победы			1
63 5.17	Обсуждение проведенного мероприятия. Прослушивание классических композиций, игры .с детьми			1

64	5.18	Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев					1
65	5.19	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений					1
<b>Отчетный концерт(3 часа).6</b>							
66	6.1	Подготовка пригласительных билетов на отчетный концерт. Оформление зала и сцены. .Репетиции					1



67 6.2	Заключительная беседа о продолжении хореографического образования детей				1	
68 6.3	Отчетный концерт				1	
	ИТОГО: Всего —				20	58
	,78 ч					

## Пояснительная записка

**Цель** предлагаемой программы состоит в том, чтобы дать возможность детям проявить себя, творчески раскрыться в области хореографии.

### **Задачи:**

- развивать природные задатки и способности, помогающие достижению успеха в том или ином виде искусства;
- научить приемам исполнительного мастерства;
- научить слушать, видеть, понимать и анализировать произведения искусства;
- научить правильно использовать термины, формулировать определения понятий, используемых в опыте мастеров искусства.

Программа поможет решить различные **учебные задачи**: освоение детьми основных правил изображения; овладение материалами и инструментами изобразительной деятельности; развитие стремления к общению с искусством; **воспитательные задачи**: формирование эстетического отношения к красоте окружающего мира; развитие умения контактировать со сверстниками в творческой деятельности; формирование чувства радости от результатов индивидуальной и коллективной деятельности; **творческие задачи**: умение осознанно использовать образно-выразительные средства для решения творческой задачи; развитие стремления к творческой самореализации средствами художественной деятельности.

Занятия проводятся в студии хореографии, а затем переносятся в актовый зал.

По ходу занятий обучающиеся обсуждают особенности исполнительского мастерства профессионалов, знакомятся со специальной литературой, раскрывающей секреты творческой работы в области искусства выдающихся художников, композиторов, артистов.



## **Обоснование актуальности программы.**

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени.

Именно того на что сегодня обращает внимание современное дополнительное образование. Следовательно, возникла необходимость разработать программу “Хореография”, которая объединяет, интегрирует в единое целое хореографическое, театральное, изобразительное искусства, музыку и художественное слово.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Занятия программы получения знаний и навыков в непринуждённой обстановке, перенапряжение и утомляемость снимается за счёт переключения на разнообразные виды деятельности в ходе урока

Данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.



## **Обоснование актуальности программы.**

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени.

Именно того на что сегодня обращает внимание современное дополнительное образование. Следовательно, возникла необходимость разработать программу “Хореография”, которая объединяет, интегрирует в единое целое хореографическое, театральное, изобразительное искусства, музыку и художественное слово.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Занятия программы получения знаний и навыков в непринуждённой обстановке, перенапряжение и утомляемость снимается за счёт переключения на разнообразные виды деятельности в ходе урока

Данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.



## Критерии оценочной деятельности детей.

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является: “обратная связь” обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив; а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Если “обратная связь” от участника передает готовность продолжать тренироваться, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

А поскольку танец - творчество коллективное и, если коллектив с удовольствием работает и отдыхает, то его деловое и неформальное общение “здоровое”. Если зритель стремится посмотреть выступления танцевальной группы значит, творческий организм живет и развивается успешно.

Формирование оценочной деятельности у детей в танцевальном объединении происходит по двум направлениям.

Во - первых, благодаря изучению творчества Мастеров, во - вторых, в сопоставлении с тем, как изменились результаты, прежние и настоящие. У нас не принято сравнивать и сопоставлять “талантливость” работы ровесников. Это может вызвать негативное явление - потерю стремления ребенка подняться в своих знаниях и умениях на более высокую ступень. На мой взгляд, соперничество и конкуренция внутри детского коллектива губительны, так как вместо творчества начинается работа ради первенства, ради успеха.

## Методы и формы работы:

- эвристический;
- исследовательский;
- поощрения;
- интеграции;
- игровой;
- беседы



### Ожидаемые результаты.

Увеличение числа детей, охваченных организованным досугом; воспитание уважительного отношения к своему селу, школе; воспитание у детей толерантности, навыков здорового образа жизни; формирование чувства гражданственности и патриотизма, правовой культуры, осознанного отношения к профессиональному самоопределению; развитие социальной культуры учащихся через систему ученического самоуправления и реализация, в конечном счете, основной цели программы – достижение учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирование в них принимаемой обществом системы ценностей.

В результате обучения дети должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны знать:

- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.
- позиции рук и ног

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического характера; демонстрировать несложные хореографические постановки.

## Содержание курса

### **1. Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях**

Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов. Информация о хореографических училищах.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперёд, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

**Практическая работа:** освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

### **2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец**

Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъём на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперёд, назад, с поворотами на  $\frac{1}{4}$  круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ногами. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.

Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

**Практическая работа:** освоение поз и движений классического танца.



2023г.

Цель и задачи программы.

*Цель программы* - развитие компетентности обучающихся в области народной хореографии Северного Кавказа, формирование знаний и практических навыков исполнения северокавказских танцев.

*Задачи программы:*

*Обучающие:*

- обучение детей базовой технике исполнения основных танцевальных движений и связок мужских и женских партий танцев народов Северного Кавказа;
- формирование умения отличать технику исполнения северокавказских танцев от танцев народов Грузии;
- обучение умению выразительности в передаче национального колорита через танцевальные движения и пластику;
- знакомство со стилевыми и жанровыми особенностями танцев различных регионов Северного Кавказа;
- знакомство с народными традициями и региональными особенностями хореографической культуры народов Северного Кавказа.

*Развивающие:*

- развитие у обучающихся силы, выносливости, координации движения, укрепление костно-мышечного аппарата;
- развитие танцевально-исполнительских способностей,
- развитие у них творческого воображения, образного мышления, актерских способностей.

*Воспитательные:*

### **3. Танцевальные этюды.**

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, стоя.

Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

***Практическая работа:*** освоение поз и движений, характерных для Кавказского танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.

### **5. Постановка танцев. Отработка номеров**

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме современной музыки. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

***Практическая работа:*** освоение исполнительского мастерства танцора.

### **6. Выступления на мероприятиях.**

#### **Репетиции.**

#### **Отработка всех движений**

Заключительная беседа с обучающимися о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремление к освоению профессионального мастерства танцора.



- воспитание у мальчиков волевых качеств характера: трудолюбия, выносливости, работоспособности; у девочек женственности; грациозности; скромности.
- воспитание уважения к истории, быту, национальной культуре и искусству народов Северного Кавказа;
- воспитание танцевально-сценической культуры;
- формирование у обучающихся коммуникативных компетенций: социально-адекватных форм поведения, умения работать в коллективе, гражданской и творческой инициативы

**Форма обучения:** групповая.

**Основные формы занятий:**

- учебные
- контрольные занятия;
- открытые занятия;
- конкурсы.

**Планируемые результаты освоения программы.**

К концу учебного года обучающиеся должны

**знать:**

- названия изучаемых танцевальных движений;
- мужские и женские движения и связки ингушского, аварского, грузинского танца
- отличительные особенности ингушского и аварского народного костюма;

**уметь:**

- освоить «пальцевую технику» исполнения;
- технически грамотно и уверенно исполнять этюды грузинского и аварского танца;
- импровизировать на данную тему;



- сопоставлять отдельные элементы движений северокавказских танцев с аналогичными грузинскими;
- понимать характер и особенности изучаемого танца;
- выполнять отдельные трюковые движения, движения с вращениями;
- правильно пользоваться сценическим костюмом;
- ориентироваться на сценической площадке

### **Формы и виды контроля.**

Оценка качества реализации данной образовательной программы включает в себя *текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся.*

В качестве средств *текущего контроля успеваемости* в течение учебного года могут быть использованы наблюдения, устные опросы, концерты, просмотры, участие обучающихся в окружных и городских фестивалях и конкурсах, позволяющие педагогу учитывать уровень усвоения умений и навыков, уровень физического развития, творческих способностей и личностный рост ребенка.

*Промежуточная аттестация* проводится 1 раз в полугодие в форме зачетных занятий.

Одной из важнейших оценок творческой деятельности детского коллектива традиционно являются выступления перед зрительным залом. По данной программе предусмотрены первые публичные выступления детей.