

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Оренбургской области

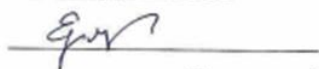
Управление образования муниципального образования город

Новотроицк

МОАУ "Гимназия № 1 г.Новотроицка"

РАССМОТРЕНО

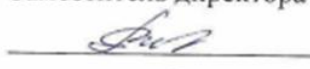
На заседании МО



Ермолаев А.В.  
«29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора



Ревякина Л.А..  
«29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОАУ



С.А. Артемьева  
Приказ №95 от «29» августа  
2023 г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**«Хореография»**

**Занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии**  
**направление развития личности обучающегося**

**для 5-9 классов**  
уровень

**Составители:**

**Ишутина А.А.**

**2023**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Хореография» (далее — курс) для 5—9 классов составлена на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования к результатам освоения основной программы основного общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»), с учётом программы воспитания (протокол Федерального учебно-методического объединения по общему образованию № 3/22 от 23.06.2022)

Курс «Хореография» направлен на формирование общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Курс изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, подкрепленных практическими занятиями и показательными выступлениями.

### **Цель программы:**

разностороннее физическое и духовное развитие детей, формирование их осознанного отношения к здоровому образу жизни, развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся.

### **Задачи:**

1. Ознакомление с различными направлениями танца;
2. Владение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения;
3. Развитие общей музыкальности, чувства ритма, художественного вкуса;
4. Формировать навыки здорового образа жизни, коммуникативные навыки и культуру поведения;
5. Стимулировать интерес к творческим видам деятельности;
6. Воспитывать внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию.

### **Срок реализации рабочей программы 4 года**

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** 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 курса «Хореография»**

#### **1. Программа «Чир».**

Разучивание базовых положений: рук, ног, выпадов, стоек. Разучивание простых кричалок, подвижные игры. Базовые положения кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног. Выпады: стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад. Стойки: на коленях, на правом левом колене, на колене- другая нога в сторону на носок, стойка на колене- другая нога согнута в сторону.

## 2. Программа «Данс»

Прогрессия обучения, техника выполнения, уровни сложности. обязательные элементы: шпагаты, лип – прыжки, чир – прыжки. Танцевальные шаги.

## 3. Постановочная работа

Показательные выступления перед учащимися и их родителями.

## 4. Знакомство с историей танца. Подготовительные упражнения.

Положение ног, рук, головы и корпуса. Поклон. Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из стороны в сторону, скрещивание перед грудью, движения рук с платочком.

## 5. 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». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону. Польский народный танец: Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции (рав balance). "Перебор" - 3 переступания на месте по 1-й позиции. Основной ход мазурки (рав gala). Легкий бег (рав marche)

## 6. Творческие задания

Подобрать самостоятельно музыкальную композицию. Придумать новые движения. Импровизация.

### Тематическое планирование

#### 5 класс

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов
1	Основы знаний о развитии Черлидинга, ТБ.	2
2	Обучение Чир – прыжкам	5
3	Прогрессия обучения, техника выполнения, уровни сложности	6
4	Пирамиды. Правила построения пирамид. Методика обучения, виды пирамид	6
5	Виды пируэтов. Уровни сложности. Методика обучения пируэтам	6
6	Постановочная работа	8
	Итого	33

## Тематическое планирование

### 6 класс

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов
1	Знакомство с историей танца. Подготовительные упражнения	2
2	Освоение приемов движения.	5
3	Освоение основных движений и элементов танца и пляски.	6
4	Работа над музыкально- пространственными композициями.	6
5	Творческие задания.	5
6	Постановочная работа.	9
	Итого	33

## Тематическое планирование

### 7 класс

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Знакомство с историей танца «Украинский народный танец», «Молдавский народный танец», «Польский народный танец»	4
2.	Освоение приемов движения.	6
3.	Освоение основных движений и элементов танца и пляски.	8
4.	Творческие задания	7
5.	Постановочная работа	8
	Итого	33

**Тематическое планирование  
8 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Кол-во всего</b>
1	История возникновения хип- хоп-аэробики, основные стили.	2
2	Общая физическая подготовка. Упражнения на развитие силовых качеств. Упражнения на развитие выносливости.	5
3	Освоение приемов движения в направлениях хип хопа: «Old school», «Groovin», «House».	6
4	Творческие задания	5
5	Работа над музыкально- пространственными композициями.	6
6	Постановочная работа	9
	Итого	33

**Календарно-тематическое планирование  
Литература**

1. Бальные танцы: репертуарный аннотированный список. – М., 1965.
2. Гавликовский Н. А. Руководство для изучения танцев – СПб., 1899.
3. Де-Колиньярю Практический самоучитель бальных танцев для обоего пола. – М., 1896.
4. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М, искусство 1999.
5. Васильева Т.К. «Секрет танца».
6. Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки», М, 1990.
7. Захаров Р. «Работа балетмейстера с исполнителями».
8. Костровицкая В. «Школа современного танца».
9. Станиславский К. «Моя жизнь в искусстве».
10. Захаров Р. Беседы о танце. – М., 1937.