

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ НЕМЕЦКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО РАЙОНА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ГАЛЬБШТДТСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании педагогического совета.  
Протокол от 22.08.2024г № 1

**УТВЕРЖДЕНО**  
приказом директора  
МБОУ Гальбштадтская СОШ»  
от 22.08.2024 г. № 184

**Рабочая программа  
учебного курса внеурочной деятельности  
«Хореография»  
для обучающихся 5-9 классов**

**2024 год**

## Пояснительная записка

Хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

**Цель программы учебного курса внеурочной деятельности:** развитие и коррекция физических качеств детей средствами хореографии как важное условие духовного становления ребенка.

### Формы проведения занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное;
- разминочное;
- показательное.

**Обучающее занятие.** Основная задача - освоение отдельных элементов и соединений. Одновременно с этим решаются задачи физического развития, воспитания музыкальности, выразительности. Характерными особенностями его является использование раздельного метода проведения упражнений с многократным повторением их и расчленением соединений на отдельные компоненты, выполнение ряда подготовительных упражнений, подводящих к «генеральному» движению. Данный вид занятий находит наибольшее применение на этапах начальной и подготовки при освоении новых композиций.

**Тренировочное занятие.** Главная задача – подготовка организма к предстоящей работе, а также сохранение достигнутого уровня хореографического мастерства. Подбор и дозировка упражнений направлены на решение задач специально-двигательной подготовки, совершенствования выразительности, музыкальности, пластики движений. По сравнению с обучающим занятием тренировочный является более узконаправленным.

**Разминочное занятие.** В период непосредственной постановки концертных номеров или подготовки к конкурсу рекомендуется выполнять стабильный комплекс упражнений, цель которого разогрев мышц и связок, и снятие излишней психологической напряженности (возбуждения или, наоборот, заторможенности). Этому способствуют привычные, индивидуально подобранные упражнения, которые по мере усвоения, танцоры выполняют самостоятельно (индивидуальная разминка).

**Показательное занятие.** Оно объединяет весь ранее изученный материал, дает четкое представление о хореографической подготовке танцора и его технике исполнения. Главное здесь – это зрелищность, которая будет определяться характером движений, оригинальностью музыки и художественного образа.

**Форма промежуточной аттестации** - концертные школьные мероприятия, такие как районный конкурс «Жар-птица», выступления посвященные Дню Матери, участие в смотре художественной самодеятельности и другие открытые мероприятия МБОУ «Гальбштадтская СОШ», где дети с удовольствием проявляют свои творческие способности, что стимулирует их дальнейшее развитие и самовыражение.

### Место учебного курса внеурочной деятельности в учебном плане

Программа предполагает обучение обучающихся 5-9 классов и рассчитана на годичный курс обучения, при интенсивности занятий один раз в неделю по 2 часа.

### Взаимосвязь с программой воспитания

Программа учебного курса внеурочной деятельности разработана с учётом программы воспитания «МБОУ «Гальбштадтская СОШ»:

- использование воспитательных возможностей содержания учебного курса внеурочной деятельности для формирования у обучающихся

традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения;

- выбор и использование на занятии методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятии явлений, организацию их работы с получаемой на занятии социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на занятии интерактивных форм работы с обучающимися: игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися

### **Содержание учебного курса внеурочной деятельности**

#### **Раздел 1 «Основы классического танца»**

- Танцевальная разминка.
- Повороты, наклоны, вращение головой.
- Движения для плечевого пояса.
- Движения для рук, кистей, пальцев.
- Движения для корпуса.
- Движения для работы мышц и связок ног.

В ходе изучения раздела учащиеся приобретают такие навыки, как: вовлечение в работу всего организма, расслабление, настройку и восстановление функций мышц. Это позволяет без вреда, используя защитные функции организма, предупредить многие заболевания, так как, воздействуя на позвоночник, органы, мышцы, дыхательную и нервную систему, вырабатывается естественная сопротивляемость организма.

#### **Раздел 2 «Освоение понятий народного танца»**

- Портерная гимнастика.
- Движения для укрепления стоп.
- Движения для укрепления брюшного пресса.
- Растяжки.
- Движения для укрепления мышц спины.
- Знакомство с видами танца.
- Отработка движений в разных темпах.
- «Колесо».
- Прыжки в продвижении по диагонали.
- «Растяжки».
- Махи ногами.
- Вращения.

В ходе изучения данного раздела учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, развивают тонкое восприятие хореографического искусства.

### **Раздел 3 «Концертная деятельность»**

- Постановочная работа
- Выступления

В результате освоения данного раздела, у учащихся воспитывается чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению. Приобретается способность выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца, выполнять движения разных жанров хореографии.

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

#### **Личностные результаты:**

*В сфере гражданского воспитания:* уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

*В сфере патриотического воспитания:* осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины - России; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

*В сфере духовно-нравственного воспитания:* ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

*В сфере эстетического воспитания:* восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества.

*В сфере физического воспитания:* осознание ценности жизни; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

*В сфере трудового воспитания:* установка на активное участие в решении практических задач; осознание важности обучения на протяжении всей жизни; уважение к труду и результатам деятельности.

*В сфере адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:* освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с

людьми из другой культурной среды; открытость опыту и знаниям других; повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других; осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие

### **Метапредметные результаты:**

*Универсальные учебные познавательные действия:* использовать вопросы как исследовательский инструмент познания; применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев; выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления.

*Универсальные учебные коммуникативные действия:* воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения; выражать свою точку зрения в устных текстах; понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения; в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения; сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, "мозговые штурмы" и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды; оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности.

*Универсальные учебные регулятивные действия:* ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой); делать выбор и брать ответственность за решение; владеть способами самоконтроля, само мотивации и рефлексии; объяснять причины достижения (не достижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации; оценивать соответствие результата цели и условиям; выявлять и анализировать причины эмоций; ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого; регулировать способ выражения эмоций; осознанно относиться к другому человеку, его мнению; признавать свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, не осуждая; открытость себе и другим; осознавать невозможность контролировать все вокруг.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Кол-во часов	ЦОР ЭОР
<b>РАЗДЕЛ 1. Основы классического танца, 20 часов</b>			
1.	Общеразвивающие упражнения	10	<a href="http://www.dance-city.narod.ru">www.dance-city.narod.ru</a>
2.	Классический экзерсис	10	<a href="http://www.dance-city.narod.ru">www.dance-city.narod.ru</a>
<b>РАЗДЕЛ 2. Освоение понятий народного танца, 20 часов</b>			
1.	Драматургия композиции	10	<a href="http://www.danceon.ru">www.danceon.ru</a>
2.	Хореографические музыкальные комбинации	10	<a href="http://www.mon.gov.ru">www.mon.gov.ru</a>
<b>РАЗДЕЛ 3. Концертная деятельность, 28 часов</b>			
1	Постановочная работа.	22	<a href="http://www.mon.gov.ru">www.mon.gov.ru</a>
2	Концертная деятельность	6	
<b>Всего 68 часов</b>			