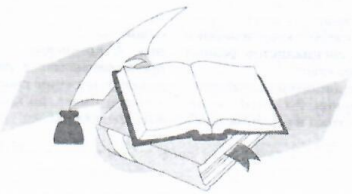
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №43»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «ООШ№43»:
_____Ю.А.Вожик
Пр. № 79
«_2_» _09_____20 19 года

ПРИНЯТО:
педагогическим советом
МБОУ «ООШ №43»
Протокол
№ 1 «28» 08 20 19 года

РАССМОТРЕНО:
на методическом объединении
учителей. Протокол № 1
«27» 08 20 19 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
по общекультурному направлению
«Хореография»
(5 лет обучения, для учащихся 5-9 классов)

Составитель программы:
Жогина А.Ф.,
учитель
МБОУ «ООШ №43»

Новокузнецк, 2019

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в

процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;

10) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

11) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

12) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Название темы	Содержание	Форма проведения	Виды деятельности
1	Основы знаний о развитии Черлидинга	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.	кружок	познавательная; художественное творчество; спортивно-оздоровительная деятельность
2	Программа «Чир»	Простые кричалки. Виды движений под музыку. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию. Стойки: на коленях, на правом левом колене, на колене - другая нога в сторону на носок, стойка на колене - другая нога согнута в сторону. Простые кричалки. Виды движений под музыку. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию.	кружок	спортивно-оздоровительная деятельность
3	Программа «Дане»	Прогрессия обучения, техника выполнения, уровни сложности, обязательные элементы: шпагаты, лип — прыжкн. чир - прыжки. Танцевальные шаги.: Пирамиды. Правила построения пирамид. Методика обучения, виды пирамид.	кружок	художественное творчество; спортивно-оздоровительная деятельность
4	Виды пируэтов	Уровни сложности. Методика обучения пируэтам	кружок	художественное творчество
5	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. Ознакомление и изучение танцевальных движений в ансамбле, парах.	кружок	художественное творчество
6	Знакомство с историей танца.	Подготовительные упражнения, положение ног, рук, головы и корпуса .Поклон. Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из сторон ы в	кружок	Художественное творчество

		сторону, скрещивание перед грудью, движения рук с платочком.		
7	Освоение приемов движения.	Ходы и основные движения: простой шаг, переменный ход, виды танцевального бега, виды проходок, боковые ходы («припадание», «гармошка», «елочка»). Позиции ног-1,2,3.5. Позиции рук -1,2,3. подготовительная. Деми плие, гранд плие. Батман тандю. Батман тандю жете. Рон де жамб э тер (андеор. андедан.) Пор де бра. Прыжки (соте, эшафе). 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. Работа у станка. Партер. Постановочная работа. Парный танец Вальс.	кружок	Художественное творчество
8	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».	кружок	художественное творчество
9	Работа над музыкально - пространственными композициями	Понятие в выборе музыкальной композиции. Прослушивание различных композиций, выбор композиций, передача ритма музыки.	кружок	художественное творчество
10	Творческие задания	Подобрать самостоятельно музыкальную композицию. Придумать новые движения. Импровизация. Работа над музыкально ¬пространственными композициям Понятие в выборе музыкальной композиции. Прослушивание различных композиций выбор композиций, передача ритма музыки.	кружок	художественное творчество
11	Знакомство с историей танца. «Украинский народный танец», «Молдавский	Просмотр видео. Положение ног, рук, головы и корпуса. Поклон. Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из сторон ы в сторону. Теория движения в танце. Украинский народный танец:	кружок	художественное творчество

	народный танец», «Польский народный танец». Основные движения.	Медленный женский ход. Ход назад с остановкой на третьем шаге. «Веревочка» простая и двойная. «Тынок» (перескок с ноги на ногу). 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. Волнообразное движение руки "Ключ" - удар каблуками. 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 (pas balance). "Перебор" - 3 переступания на месте по 1-й позиции. Основной ход мазурки (pas gala). Легкий бег (pas marche).		
12	История возникновения хип-хоп-аэробики, основные стили.	Просмотр видео. Принципы движений хип-хоп-аэробики. «Old school»-«старая школа», танцевальная база-элементы брейк-данса; «Grooyin»- «чувства. выраженные вдвижении», отталкиваясь от музыки стиля R&B. движения с большой амплитудой; «House» - Органичность этого танцевального направления заужена в музыке хаус, в основе которой лежит синкопированный бит. свойственный латиноамериканской музыке. Базовые движения рук и ног.	кружок	художественное творчество
13	Общая физическая подготовка.	Упражнения на развитие ситовых качеств. Упражнения на развитие выносливости Упражнения на гибкость. Основной набор упражнений: «складочка», «бабочка», «рыбка»,	кружок	спортивно-оздоровительная деятельность

		«мостик», перекаты на спине, «крабик». Упражнения на растягивание: выпады: шпагаты: продольный левый, продольный правый, поперечный, «захват ноги». «Мах в кольцо». Общая физическая подготовка Основной набор упражнений: подтягивания, отжимания, приседания, бег, прыжки, подвижные игры.		
14	Освоение приемов движения в направления хип хопа: «Old school», «Groovin», «House».	Практические занятия с музыкальным сопровождением. Учащиеся отрабатывают данный вид движения, согласовывая с музыкой. «Изоляция»-движение. осуществляемое одной частью тела в одном суставе при неподвижном положении другой. «Оппозиция»-движение. намеренно нарушающее прямую линию с целью противопоставления одной части тела другой. «Противодвижение» - (вариант оппозиции) - движение одной части тела навстречу- другой. «Мультипликация» - одно движение, раскладывающееся на множество составляющих за одну ритмическую единицу.	кружок	художественное творчество

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 класс

№ раздела	Разделы занятий	**Количество часов теория**	**Количество часов практика**
1	Основы знаний о развитии Черлидинга. ТБ.	1	
2	Обучение Чир - прыжкам		6
3	Прогрессия обучения, техника выполнения, уровни сложности		5
4	Пирамиды. Правила построения пирамид. Методика обучения, виды пирамид	1	6
5	Виды пируэтов. Уровни сложности. Методика обучения пируэтам	1	6
6	Постановочная работа		9
	Итого:	35	

6 класс

№ раздела	Разделы занятий	**Количество часов теория**	**Количество часов практика**
1	Знакомство с историей танца. Подготовительные упражнения	1	3
2	Освоение приемов движения.		4
3	Освоение основных движений и элементов танца и пляски.	1	4
4	Работа над музыкально-пространственными композициями.	2	10
5	Творческие задания.	2	4
6	Постановочная работа.		4
	Итого:	35	

7 класс

№ раздела	Разделы занятий	**Количество часов теория**	**Количество часов практика**
1.	Знакомство с историей танца «Украинский народный танец», «Молдавский народный танец», «Польский народный танец»	1	
2.	Освоение приемов движения.		7
3.	Освоение основных движений и элементов танца и пляски.	1	8
4.	Творческие задания		8
5.	Постановочная работа		10
	Итого:	35	

8 класс

№ раздела	Разделы занятий	**Количество часов теория**	**Количество часов практика**
1	История возникновения хип- хоп-аэробики. основные стили.	2	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», «Groovm», «House».	4	8
4	Творческие задания	1	3
5	Работа над музыкально пространственными композициями.	1	3
6	Постановочная работа		8
	Итого:	35	

9 класс

№ раздела	Разделы занятий	**Количество часов теория**	**Количество часов практика**
1	История возникновения хип- хоп-аэробики. основные стили.	2	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», «Groovm», «House».	4	8
4	Творческие задания	1	3
5	Работа над музыкально пространственными композициями.	1	3
6	Постановочная работа		8
	Итого:	**35**	

Прошито и пронумеровано
на 9 листах,
Скреплено печатью.
Директор МБОУ «ООШ № 43»
_____ Ю.А. Вожик

г. Новокузнецк