

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Удмуртской Республики**  
**Управление образования Администрации города Глазова**  
**МБОУ "СОШ № 17" им. И.А.Наговицына**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО



С.А. Саламатова

Протокол № 3 от 20.02.2025 г.



Н.А. Вершинина

Приказ № 80 от 25.02.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ**  
**ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
(ID 6526344)

**Хореография**  
для обучающихся 11 классов

г.Глазов 2025

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ХОРЕОГРАФИЯ"

Социально-экономические изменения во всех сферах жизни общества привели к смене ценностных ориентаций в образовании. Ведущей целью образования становится не объём усвоенных знаний и умений, а гармоничное разностороннее развитие личности, дающее возможность реализации уникальных возможностей человека, подготовка ребёнка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Хореография является одним из необходимых составляющих музыкального - эстетического образования детей, приобщая подрастающее поколение к богатству и многообразию танцевального и музыкального творчества. Дает возможность почувствовать свою национальную принадлежность, познакомиться и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры других народов. Духовное возвышение, вызванное стремлением как можно точнее выразить мысль, заложенную в музыкальном произведении при помощи художественного движения, в процессе погружения в мир прекрасного оказывает облагораживающее, положительное воздействие на личность ребенка в целом. Танец развивает эстетический вкус, воспитывает нравственные качества и возвышенные чувства, но и, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка. Систематические занятия танцем способствуют укреплению его здоровья, снижению гиподинамии, снятию перегрузок, формируют правильную осанку, укрепляют мышцы, учат координировать свои движения и владеть своим телом. Особая ценность танца заключается как раз в том, что физические, эмоциональные, интеллектуальные и духовные процессы здесь соединяются в единое целое. При этом понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. Заметные изменения происходят под влиянием занятий танцем и в детей ориентироваться в пространстве. Большое влияние занятия хореографией оказывают на развитие творческого потенциала и общекультурного развития детей. Также танец и хореография – искусство коллективное, которое учит работать в коллективе, способствует развитию с ранних лет чувства коллективизма, требовательности друг к другу, доброты, принципиальности и других социальнозначимых качеств. Программа «Хореография» предназначена для развития музыкально-двигательной культуры на принципах органического слияния движения и музыки. Данная программа является модифицированной. Она разработана на основе программ: «Художественное движение», И.Е. Кулагиной, «Ритмика в школе» Ж.Е. Фирилевой, А.И. Рябчикова, О.В. Загрядской. В отличие от программы «Художественное движение», в программу «Хореография» добавлены разделы: «Народная хореография», «Классический и балетный танец» для достижения требуемых результатов и удовлетворения запросов

обучающихся. В программе учтены принципы оптимального сочетания форм проведения занятий и методов художественного образования и эстетического воспитания.

## ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ХОРЕОГРАФИЯ"

Цель: гармоничное развитие обучающегося средствами музыкально - двигательной культуры, способной активно использовать ценности хореографической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

задачи:

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата – формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;
- способствовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- совершенствовать кондиционные двигательные качества (мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростную силу) и координационные способности;
- способствовать расширению кругозора, знаний в области хореографической культуры, формированию знаний, умений и навыков в области движений, танца и музыки.
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания.
- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях.
- содействовать развитию творческих и созидательных способностей: мышления, воображения, находчивости, познавательной активности;
- привить интерес к занятиям танцами.
- воспитывать самостоятельность, закрепощенность, умение творчески выражать эмоции и мысли в танцевальных движениях.
- поддерживать стремление к разумному лидерству, инициативности, воспитывать трудолюбие, готовность к взаимопомощи.
- воспитывать уважение к педагогам, товарищам, партнерам по танцу.
- прививать навыки к здоровому образу жизни, личной и общественной гигиене, опрятности, в костюме и внешнем виде.

## МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ХОРЕОГРАФИЯ" В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Цикл внеурочных занятий "Хореография" является частью содержания внеурочной деятельности и рассчитан на 1 час в неделю (34 часа в год) в 11 классе.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: беседы, посещение концертов, творческие проекты, выступления, участия в конкурсной деятельности, тренировки в малых группах, в парах, урок-концерт.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ХОРЕОГРАФИЯ"

Тема.1.1.Вводное занятие. Вальс–король бала.

*Теория:* Основные группы вальса.

*Практика:* основные и вспомогательные направления в танцевальном зале: лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к центру зала, спиной к центру зала, движение по диагонали.

Тема.1.2.Элементы бального танца.

*Теория:* правила исполнения.

*Практика:* позиции рук,позиции ног,pasmarche,pas glisse,pas chasse,pasdegage,balance, pas eleve, поклон.

Тема1.3.Образцыбальных танцев.

*Теория:*реверансы и салюты,менуэт,гавот,полонез,мазурка,полька,краковяк, вальсы.

Тема.1.4.Русские бальные танцы XIX века.

*Теория:* вальс-мазурка,па-де-катр,миньон,фигурный вальс.

Раздел2.Танцевальные композиции.

Тема2.1.Репетиционная работа.

*Теория:* правила поведения в актовом зале.

*Практика:* грамотное, четкое исполнение танцевальной композиции.

Тема2.2.Постановочная работа.

*Теория:* размещение на площадке относительно предметов и друг друга.

*Практика:*разводка танца по движениям и по рисунку. Разучивание движений, разучивание комбинаций, танцевальных связок.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- - формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- - формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- - развитие мотивов учебной деятельности;
- - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других детей;
- - развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах;
- - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- - умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

### ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- - формирование первоначальных представлений о значении хореографической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное).
- - овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.)

- - формирования навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела, и др.), показателями основных физических качеств (силы, выносливости, координации, гибкости).
- - формирование навыка систематического наблюдения за исполнительским мастерством (Четкость, точность, музыкальность, ритмичность, пластичность).

## 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Танцевальная грамота	19	Инструктаж по правилам поведение в актовом зале. Из истории вальса. Разучивание танцевальных движений	Объяснение, показ, повторение упражнений	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
2	Постановка	1	Из истории вальса	Объяснение	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
3	Репетиционная работа	1	Разучивание танцевальных движений	Объяснение, показ, повторение упражнений	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
4	Постановка	8	Разучивание танцевальных движений	Объяснение, показ, повторение упражнений	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
5	Репетиционная работа	1	Разучивание танцевальных движений	Объяснение, показ, повторение	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>

				упражнений	
6	Танцевальные композиции	3	Концертное выступление	Объяснение, показ, повторение упражнений	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
7	Итоговое занятие	1	Концертное выступление	Показ	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34			



## 11 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
1	Вводное занятие	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
2	Вальс-король бала	3		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
3	Разучивание шага вальса, поворота по точкам, основной шаг по кругу	5		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
4	Разучивание фигуры«окошко»в паре	2		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
5	Постановка в паре,«баленсе».	2		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
6	Разводка по «рисунку»: круг, колено, расход, звездочка	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
7	Поворот девочки под рукой партнёра	3		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
8	Поворот в паре	2		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
9	Разводка финала композиции	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
10	Исполнение	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>

	композиции.			
11	Развод композиции на основе пройденного материала.	2		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
12	Разучивание связки на основе пройденного материала.	2		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
13	Разучивание композиций и связок на середине.	2		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
14	Повторение композиции.	2		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
15	Репетиционная работа	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
16	Изучение диагонали: комбинация с использованием основного шага "вальсовая дорожка"	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
17	Исполнение комбинаций фигурного вальса	1	1	<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>

18	Повторение композиций	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
19	Подведение итогов	1		<a href="https://www.culture.ru/lectures">https://www.culture.ru/lectures</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	1	



