

## **Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

### **«Хореография»** среднее общее образование (11 класс)

**Направление:**

Развитие творческих потребностей и физического развития обучающихся

## I. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; – развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 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; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### Предметные результаты:

Обучающийся научится:

#### 1. Развитие музыкальности

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, высказываться о музыке, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями, включая классические и современные произведения.
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и тонкие нюансы: изящество, тревожность, грусть, безмятежность и восторг и т.д. Уметь в слове выразить характер движений, подбирая точные эпитеты;
- развитие умения различать и выражать в движении основные средства музыкальной выразительности: темп (разнообразный, а также ускорения и замедления), динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); ритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 23частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также другие структуры сочинений — вариации, рондо. Уметь правильно пользоваться простейшими музыкальными терминами: ритм, темп, динамика и т.д.
- развитие способности различать жанр произведения — плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец), песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш (разный по характеру) и выразить это в соответствующих движениях, в словесных описаниях, использовать элементарные музыкальные термины и

понятия (например, "мелодия", "аккомпанемент", "регистр" и др.).

## 2. Развитие двигательных качеств и умений

- Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений. Основные: ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, "с каблучка", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, "гусиным" шагом, с ускорением и замедлением;
- бег — легкий, ритмичный, передающий различные образы; широкий, острый, с остановками, пружинящий бег; прыжковые движения разнообразные сочетания прыжков на одной и на двух ногах на месте, с продвижением вперед, различные виды галопа, поскоков ("легкий" и "сильный"), на скакалке и др.;
- общеразвивающие упражнения — на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног, с предметами и без них;
- имитационные движения — разнообразные образноигровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях);
- плясовые движения — элементы народных плясок и детского бального танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию (из современных ритмических танцев), а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические движения: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, шаг с каблучка, вальсовый шаг.

## II. Содержание программы курса внеурочной деятельности

### 1. Вводное занятие.

Знакомство с участниками танцевального формирования.

### 2. Музыкально-ритмические навыки.

Ритмично двигаться согласовывая движения в соответствии с характером музыки.

### 3. Развитие техники танца.

Развитие координации, гибкости, пластики тела.

### 4. Навыки основных движений.

Шаг вальса, малая поддержка, сложная поддержка, мелкий шаг на полупальцах, переменный шаг.

### 5. Рисунок танца.

Шахматный порядок, круг, линии вертикальные, горизонтальные, линейные перестроения, ход по диагонали, малые круги, полукруг.

### Формы и виды деятельности:

1. Репетиции
2. Выступления

## III. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

<b>№ п/п</b>	<b>№ по теме</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	1	Вводное занятие, ТБ	1
2	2	Шаг с переступанием вперёд и назад	1
3	3	Шаг с переступанием вперёд с обеих ног	1
4	4	Шаги с полуповоротом	1
5	5	Навыки работы рук в паре	1
6	6	Замкнутая позиция рук в паре	1
7	7	Полуоткрытая поза рук в паре	1
8	8	Отработка шагов с переступанием	1
9	9	Отработка шагов с полуповоротом	1
10	10	Шаги по квадрату	1
11	11	Шаги в паре по квадрату	1
12	12	Мелкий шаг на полупальцах	1
13	13	Переменный шаг.	1
14	14	Отработка шагов по квадрату	1
15	15	Отработка переменного шага.	1
16	16	Шаг с переступанием в полном повороте.	1
17	17	Парное верчение в одной точке.	1
18	18	Основной шаг вальса	1
19	19	Повторение поворотов с переступанием	1
20	20	Отработка основного шага	1
21	21	Повторение и отработка пройденного	1
22	22	Малая поддержка с захватом талии.	1
23	23	Малая поддержка полугоризонтального вида	1
24	24	Отработка малых поддержек	1
25	25	Сложная поддержка подмышечная	1
26	26	Сложная поддержка коленная	1
27	27	Отработка сложных поддержек	1
28	28	Выход в рисунок шахматного порядка парами простым шагом	1
29	29	Ход по кругу переменным шагом	1
30	30	Выход из круга парами в 2 вертикальные линии	1
31	31	Отработка рисунков в сочетании с движениями	1
32	32	Линейные перестроения меняясь партнёрами	1
33	33	Развёртывание рисунка в малые круги парным верчением.	1
34	34	Финальный рисунок с поддержкой	1