

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 81»



«ОГЪЯДЫШЕТОНЪЯ 81-ТИ НОМЕРО  
ШОРЪЁЗО ШКОЛА» ОГЪЯДЫШЕТОНЪЯ  
КОНЪДЭТЭН ВОЗИСЬКИСЬ МУНИЦИПАЛ  
УЖЬЮРТ

Союзная ул., д. 149, г.Ижевск, Удмуртская Республика, 426073  
тел. 37-10-22, факс (3412) 37-10-22, e-mail: [sc081@IZH-SHL.UDMR.RU](mailto:sc081@IZH-SHL.UDMR.RU)

РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО

Минахметова А.Н

Протокол № 3 от 28.08.2023

ПРИНЯТО

на заседании Педсовета

Протокол № 10 от 28.08.2023

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ № 81

Шадрина И.В

№ 236 от 28.08.2023



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

« Азбука танца»

для обучающихся 7 а класса

город Ижевск, 2023-2024г

## **Пояснительная записка.**

В ФГОС НОО предмет «Азбука танца» не предусмотрен, поэтому программа по нему отсутствует.

Данная рабочая программа является авторской. Рабочая программа по курсу «Азбука танца» во 7 кадетском классе составляет 34 часов, количество часов в неделю – 1.

### **. Планируемые результаты**

#### **Личностные**

У обучающегося 7 класса будут сформированы:

- ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.
- способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению
- уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты

**Обучающийся 7 класса получит возможность для формирования**

- освоения компетентностей в сфере организаторской деятельности*
- интериоризации ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности*

#### **Метапредметные**

Регулятивные

**Обучающийся 7 класса научится**

- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);

**Обучающийся 7 класса получит возможность научиться**

- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;*
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);*

## Познавательные

### **Обучающийся 7 класса научится**

- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;

### **Обучающийся 7 класса получит возможность научиться**

- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;*
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;*

## Коммуникативные

### **Обучающийся 7 класса научится**

- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

### **Обучающийся 7 класса получит возможность научиться**

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;*
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации*

## Предметные

### **Учащийся получит возможность научиться:**

- ориентироваться в понятии «хореография»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать упражнения, направленные на их развитие;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках хореографии и организовывать места занятий танцевальными упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе);
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий хореографии на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.

## Структура курса

Наименование раздела (темы)	Кол-во часов	Перечень универсальных действий обучающихся
Вводное занятие	1	Знакомство с понятием «хореография»
Азбука танцевального движения	3	Позиции рук, ног, головы. Исходное положение.
Классический танец	17	Demi plie, grand plie, b.t., , b.t. jete, rond de jambe par terre, port de bra, releve.
Упражнения в колонах	7	Основные шаги, упражнения на выносливость.
Партерная гимнастика	7	Движения на крепление разных групп мышц.
Элементы акробатики	2	Изучение акробатических элементов (колесо, кувырки, прыжки)
Репетиционно-постановочная работа	7	Умение работать в паре, в коллективе.

## Учебно-тематическое планирование

№	Тема занятий	Кол-во часов	Описание примерного содержания занятий
Раздел 1. Введение.			
1	Вводное занятие.	1	Знакомство с понятием «хореографии». Основные понятия.
Раздел 2. Основные шаги.			
1	Ориентировка в пространстве.	3	Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, шаг на носочках, пяточках и т.д.). Прием для контроля интервалов во время

			движения.
Раздел 3. Классический танец			
1.	Положения рук, ног, головы.	3	
2.	Экзерсис у палки.	5	Demi plie, grand plie, b.t., , b.t. jete, rond de jambe par terre.
3.	Экзерсис на середине.	2	port de bra, releve.
Раздел 3. Колоны			
1.	Основные шаги, упражнения на выносливость.	14	
Раздел 4. Партерная гимнастика.			
1.	Развитие подвижности и развернутости голеностопного сустава.	4	Поочередное сокращение и вытягивание стоп.
2.	Развитие подвижности и развернутости тазобедренного сустава.	4	Упражнения «бабочка», «лягушка» на животе.
3.	Укрепление мышц спины, живота, исправление осанки.	4	Упражнения «корзинка», «лодочка», «кошечка-собачка».
4.	Развитие танцевального шага.	4	Бросковые движения ног вперед, в сторону, назад. Растяжка вперед, в сторону. Шпагат.
Раздел 4. Элементы акробатики			
1.	Изучение акробатических элементов	15	Правильное исполнение «колесо», «кувырки», «прыжки».
Раздел 6. Репетиционно-постановочная работа.			
1.	Бальный танец «Венский вальс»	3	Показ мастерства исполнения бального танца. Работа над синхронностью движений, развитие работы в паре, в коллективе.
3.	Постановочный марш «Катюша»	2	Показ мастерства исполнения бального танца. Работа над синхронностью движений, развитие работы в паре, в

			коллективе.
4.	Постановочный танец «Вальс»	2	Показ мастерства исполнения бального танца. Работа над синхронностью движений, развитие работы в паре, в коллективе

### **Система оценки достижения планируемых результатов:**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся. Оценивание ведётся без выставления балльной отметки, сопровождаемые словесной оценкой.

### **Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки:**

*Мелкими ошибками* считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность выполнения движения, нарушение ритма, неправильное исходное положение.

*Значительные ошибки* – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на восприятие выполнения. К значительным ошибкам относятся:

- неправильное положение рук, ног, головы;
- выполнение движений не под музыку;
- несинхронность выполнения упражнения.

*Грубые ошибки* – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО**

---

### **ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

1. Музыкальный центр
2. Аудиозаписи
3. Ноутбук
4. Видеоматериалы

## Перечень информационно-методического обеспечения

### ***Печатные пособия:***

1. О.П.Сергеева «4 урока ритмики» (практическое пособие)
2. А. Луговская «Ритмические упражнения игры и пляски»
3. А.Ваганова «Основы классического танца»
4. С.С.Полятков «Основы современного танца»
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец»; М.: Искусство, 1980.Г.
6. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
7. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
8. Климов А. «Основы русского народного танца»; М.: Искусство, 1981.
9. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг»; М.: Новая школа, 1998.
10. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ; - М.; Министерство Просвещения, 1986
11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание»; М.: Просвещение, 1989.
12. Уральской В. И., Стриганова В. М. «Современный бальный танец»: М., «Просвещение», 1977.
13. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу»; М., 2008.