

*Приложение
к Основной образовательной программе
начального общего образования*

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 3"
города Алатыря Чувашской Республики

Рассмотрено и принято на заседании ШМО учителей предметов художественно-эстетического воспитания
Протокол № 4
" 16 "мая 2022 г.

Согласовано
Заместитель директора по УВР
_____ Н.В. Кройтор

Утверждаю
Директор МБОУ "СОШ № 3" г.
Алатырь ЧР
_____ М.В. Клементьева

Приказ от 18 мая 2022 г. №24

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Физическая культура (Хореография)»
для 5-8 класса основного общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Серегина Ольга Михайловна
Учитель

Алатырь, 2022г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, III час Хореография»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, III час ХОРЕОГРАФИЯ»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Бальные танцы обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов.

Историко-бытовые и бальные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования.

На занятиях по программе «Хореография для кадетских классов» происходит массовое обучение основам бальной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, например в подготовке школьных и внешкольных мероприятий. В то же время ученики, обучавшиеся бальному танцу, станут впоследствии носителями и пропагандистами отечественной и мировой бальной хореографии.

Освоение программы не ограничивается только конкурсными бальными танцами, так как все танцы, входящие в понятие «бальная хореография», имеют в образовательном процессе равные права, и настаивать на приоритете одного вида бальной хореографии (классического, историко-бытового, спортивного и др.) является некорректным. Освоение разновидностей танцев, предлагаемых программой, направлено на пробуждение у школьников интереса и уважения к национальной культуре и искусству других народов.

Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией.

Место учебного предмета « Физическая культура- III час Хореография» в учебном плане. В 5 классе -35ч, 6 класс-35ч, 7 класс -35 ч, 8 класс -35 ч.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 -8 КЛАСС

Материал программы включает следующие разделы:

1.ЭКЗЕРСИС БАЛЬНОЙ ХОРЕОГРАФИИ

2.ТАНЦЕВАЛЬНАЯ КУЛЬТУРА XV-XIX ВЕКА. (БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ)

1.ЭКЗЕРСИС БАЛЬНОЙ ХОРЕОГРАФИИ

1. Этот раздел включает изучение основных позиций и движений историко-бытового и бального танца

Большое значение уделяется постановке корпуса, позициям рук и ног. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку развивают гибкость и координацию движений и помогают усвоить правила хореографии. Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и четкого их выполнения.

В каждом виде искусства техника исполнения и художественное исполнение танца имеет большое значение. Эти качества могут быть достигнуты лишь в результате последовательной и систематической подготовительной учебной работы. Чтобы быть красивым и выразительным, движение должно быть правильным, свободным, непринужденным. Владение танцевальными движениями дается лишь в процессе систематической тренировки, тело ребенка приобретает стройность, становится более крепким и гибким, а движения его – гармоничными и законченными. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку развивают гибкость и координацию движений и помогают усвоить правила хореографии.

2.ТАНЦЕВАЛЬНАЯ КУЛЬТУРА XV-XIX ВЕКА.(БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ)

2. Этот раздел включает изучение историко-бытовых и бальных танцев, а также знакомство обучающихся с простейшими танцевальными элементами и фигурами, с тренажем на середине зала. В начале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями. Композиционным построением. Манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. Далее идет усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию. Историко-бытовой танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической

принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с танцами;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков окружающих людей в хореографической деятельности;
 - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с танцами;
 - знание основных моральных норм и ориентации на их выполнение.
- Метапредметные результаты 5-8 кл.:

В 5 классе обучающийся научится:

Регулятивные универсальные учебные действия

- Уметь проследивать последовательность действий на занятии;
- Уметь фиксировать последовательность действий на занятии;
- Принимать исполнительскую задачу и инструкцию учителя.
- Уметь выполнять эмоциональную оценку деятельности
- Уметь выполнять хореографические действия.

Коммуникативные универсальные учебные действия

- Ставить вопросы;
- Обращаться за помощью
- Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёрами;
- Формулировать собственное мнение и позицию;

Познавательные универсальные учебные действия

- Умение выполнять движения по команде, повторять действие за учителем;
- Умение ориентироваться в своей системе знаний: выполнять упражнения на развитие гибкости и пластичности, воплощать музыкально-двигательный образ;
 - Обогащать свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
 - Соотносить различные произведения по настроению и форме;
 - Строить свои рассуждения о воспринимаемых свойствах музыки и танца;
 - Обобщать учебный материал;

В 6 классе обучающийся научится:

Регулятивные универсальные учебные действия

- Использовать имеющиеся знания и опыт;
- Воспринимать новую информацию;
- Уметь проследивать последовательность действий на занятии;
- Уметь фиксировать последовательность действий на занятии;
- Принимать исполнительскую задачу и инструкцию учителя.
- Уметь выполнять эмоциональную оценку деятельности;
- Уметь выполнять хореографические действия.
- Организовывать места занятий физическими упражнениями с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем и самостоятельно;

Коммуникативные универсальные учебные действия

- Формулировать свои затруднения;
- Предлагать помощь и сотрудничество;
- Договариваться о распределении ролей и функций совместной деятельности;
- Задавать вопросы;

Познавательные универсальные учебные действия

- Умение выполнять движения по команде, повторять действие за учителем;
- Умение ориентироваться в своей системе знаний: выполнять упражнения на развитие гибкости и пластичности, воплощать музыкально-двигательный образ;
- Обогащать свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Соотносить различные произведения по настроению и форме
- Строить свои рассуждения о воспринимаемых свойствах музыки и танца;
- Обобщать учебный материал;
- Устанавливать аналогии;
- Сравнить средства художественной выразительности в танце и других видах искусства.

В 7 классе обучающийся научится:

Регулятивные универсальные учебные действия:

- Использовать имеющиеся знания и опыт;
- Воспринимать новую информацию;
- Уметь проследить последовательность действий на занятии;
- Уметь фиксировать последовательность действий на занятии;
- Принимать исполнительскую задачу и инструкцию учителя.
- Уметь выполнять эмоциональную оценку деятельности;
- Уметь выполнять хореографические действия

Коммуникативные универсальные учебные действия

- Проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач;
- Строить понятные для партнёра и преподавателя высказывания.
- Договариваться, приходить к общему решению.
- Учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию.

Познавательные универсальные учебные действия

- Умение выполнять движения по команде, повторять действие за учителем.
- Умение ориентироваться в своей системе знаний: выполнять упражнения на развитие гибкости и пластичности, воплощать музыкально-двигательный образ
- Обогащать свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Соотносить различные произведения по настроению и форме.
- Строить свои рассуждения о воспринимаемых свойствах музыки и танца.
- Обобщать учебный материал
- Устанавливать аналогии.
- Сравнить средства художественной выразительности в танце и других видах искусства.
- Отмечать в движении ритмический рисунок, акцент.
- Обогащать свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

В 8 классе обучающийся научится:

Регулятивные универсальные учебные действия

- Использовать имеющиеся знания и опыт;
- Воспринимать новую информацию;

- Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- Адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;

Коммуникативные универсальные учебные действия

- Уметь учитывать позицию собеседника.
- Адекватно воспринимать и задавать вопросы

Познавательные универсальные учебные действия

- Устанавливать аналогии;
- Сравнивать средства художественной выразительности в танце и других видах искусства.
- Отмечать в движении ритмический рисунок, акцент.
- Слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
- Четко, организованно перестраиваться.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тематическое планирование учебного предмета «Хореография» 5-6 класс

	Класс 5 -6
Наименование разделов	Количество часов на изучение
Экзерсис бальной хореографии	5
Танцевальная культура XV – XIX века	30
Общее количество часов	35

Тематическое планирование учебного предмета «Хореография» 7 класс

	Класс 7
Наименование разделов	Количество часов на изучение
Экзерсис бальной хореографии	5
Танцевальная культура XV – XIX века	30
Общее количество часов	35

Тематическое планирование учебного предмета «Хореография» 8 класс

	Класс 8
Наименование разделов	Количество часов на изучение
Экзерсис бальной хореографии	5
Танцевальная культура XV – XIX века (Историко - бытовые и бальные танцы)	7 23
Общее количество часов	35

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Хореография» 5-6 класс

Раздел 1: « Экзерсис бальной хореографии»

- 1 Экзерсис бальной хореографии Урок бального танца- выполняются шаги, переходы, приставки
- 2 Экзерсис бальной хореографии Урок бального танца- выполняются шаги, переходы, приставки, притопы.
- 3 Экзерсис бальной хореографии Урок бального танца - выполняются шаги, переходы, приставки, притопы
- 4 Экзерсис бальной хореографии Урок бального танца - выполняются шаги, переходы, приставки, притопы прыжки и повороты в бальной хореографии.
- 5 Экзерсис бальной хореографии Урок бального танца - выполняются шаги, переходы, приставки, притопы прыжки и повороты в бальной хореографии.

Раздел 2: «Танцевальная культура XV – XIX века»

- 6 Танцевальная культура XV – XVI вв. Танцы XV – XVI вв. Крестьянский branль, бальный (салонный) branль, костюмы, элементы танцев. Поклоны и реверансы XV – XVI вв.
- 7 Танцевальная культура XV – XVI вв. Крестьянский branль, бальный (салонный) branль, костюмы, элементы танцев. Поклоны и реверансы XV – XVI вв.
- 8 Танцевальная культура XV – XVI вв. Исполняются поклоны и реверансы XV- XVI. Танцы XV- XVI века. Танец экосез (элементы)
- 9 Танцевальная культура XV- XVI века. Исполняются поклоны и реверансы XV- XVI. Танцы XV- XVI века. Танец экосез (элементы)
- 10 Танцевальная культура XV- XVI века. Разучивание танца полонез (элементы)

11	Танцевальная культура XV- XVI века.	Разучивание танца полонез (элементы)	
12	Танцевальная культура XV- XVI века.	Разучивание танца полонез (элементы)	
13	Танцевальная культура XVII века. XVII века.	Исполняются поклоны и реверансы XVII. Танцы XVII века.	
14	Танцевальная культура XVII века.	Менуэт. элементы, постановка танца	
15	Танцевальная культура XVII века.	Менуэт. элементы, постановка танца	
16	Танцевальная культура XVII века.	Менуэт. элементы, постановка танца	
17	Танцевальная культура XVIII века.	Реверансы и поклоны XVIII века.	
18	Танцевальная культура XVIII века.	Реверансы и поклоны XVIII века.	
19	Танцевальная культура XVIII века. танца.	Разучивание танца ригодон, выполняются элементы танца.	
20	Танцевальная культура XVIII века. танца.	Разучивание танца ригодон, выполняются элементы танца.	
21	Танцевальная культура XIX века.	Исполняются поклоны XIX века.	
	• Парадный реверанс дамы.		
	• Короткий поклон дамы (Книксен).		
	• Парадный Мужской поклон.		
	• Приглашение на танец.		
22	Танцевальная культура XIX века.	Положение рук в танцах XIX века.	1
23	Танцевальная культура XIX века.	Положение рук в танцах XIX века.	1
24	Танцевальная культура XIX века.	Танцы XIX века. Разучивание танца падеграс	1
25	Танцевальная культура XIX века.	Падеграс элементы танца, экзерсис на середине зала.	
26	Танцевальная культура XIX века.	Падеграс элементы танца, экзерсис на середине зала	
27	Танцевальная культура XIX века. возникновения, показ фильма.	Танцы XIX века. Разучивание Польки, история возникновения, показ фильма.	
28	Танцевальная культура XIX века.	Полька, элементы танца, экзерсис на середине зала	
29	Танцевальная культура XIX века.	Полька, элементы танца, экзерсис на середине зала	

30	Танцевальная культура XIX века. танца, экзерсис на	середине зала 1	Полька-мазурка, элементы
31	Танцевальная культура XIX века. середине зала 1		Полька-мазурка, элементы танца, экзерсис на
32	Танцевальная культура XIX века.		Полька-мазурка, (закрепление материала) 1
33	Танцевальная культура XIX века. элементы танца		Танцы XIX века. Вальс –разучивание танца,
34	Танцевальная культура XIX века.		Вальс –разучивание танца, элементы танца
35	Итог		Виды танцев танцевальной культуры XV – XIX вв.

Хореография» 7 класс

Раздел 1 «Экзерсис бальной хореографии»

1	Экзерсис бальной хореографии переходы, приставки	Урок бального танца-	выполняются шаги,
2	Экзерсис бальной хореографии приставки, притопы.	Урок бального танца-	выполняются шаги, переходы,
3	Экзерсис бальной хореографии переходы, приставки, притопы	Урок бального танца -	выполняются шаги,
4	Экзерсис бальной хореографии переходы, приставки, притопы прыжки и повороты в бальной хореографии.	Урок бального танца -	выполняются шаги,
5	Экзерсис бальной хореографии переходы, приставки, притопы прыжки и повороты в бальной хореографии.	Урок бального танца -	выполняются шаги,

Раздел 2 «Танцевальная культура XV – XIX века « 1

6	Танцевальная культура XV – XVI вв. Танцы XV – XVI вв. Крестьянский бранль, бальный (салонный) бранль, костюмы, элементы танцев. Поклоны и реверансы XV – XVI вв.	1	
7	Танцевальная культура XV – XVI вв. Крестьянский бранль, бальный (салонный) бранль, костюмы, элементы танцев. Поклоны и реверансы XV – XVI вв.		
8	Танцевальная культура XV – XVI вв. Исполняются поклоны и реверансы XV- XVI. Танцы XV- XVI века. Танец экосез (элементы)		
9	Танцевальная культура XV- XVI века. Танцы XV- XVI века. Танец экосез (элементы)		Исполняются поклоны и реверансы XV- XVI.
10	Танцевальная культура XV- XVI века.		Разучивание танца полонез (элементы)
11	Танцевальная культура XV- XVI века.		Разучивание танца полонез (элементы)

- | | | |
|----|--|--|
| 12 | Танцевальная культура XV- XVI века. | Разучивание танца полонез (элементы) |
| 13 | Танцевальная культура XVII века.
XVII века Менуэт | Исполняются поклоны и реверансы XVII. Танцы |
| 14 | Танцевальная культура XVII века. | Менуэт. элементы, постановка танца |
| 15 | Танцевальная культура XVII века. | Менуэт. элементы, постановка танца |
| 16 | Танцевальная культура XVII века.
ru.wikipedia.org/wiki/Полоне | Менуэт. элементы, постановка танца |
| 17 | Танцевальная культура XVIII века. | Реверансы и поклоны XVIII века. |
| 18 | Танцевальная культура XVIII века. | Вальс. Виды вальса |
| 19 | Танцевальная культура XVIII века. | Большой фигурный вальс- элементы танца |
| 20 | Танцевальная культура XVIII века. | Большой фигурный вальс- элементы танца |
| 21 | Танцевальная культура XIX века. | Большой фигурный вальс- элементы танца 1 |
| 22 | Танцевальная культура XIX века. | Венский вальс- элементы танца |
| 23 | Танцевальная культура XIX века. | Венский вальс- элементы танца 1 |
| 24 | Танцевальная культура XIX века. | Танцы XIX века. Разучивание танца падеграс |
| 25 | Танцевальная культура XIX века.
ru.wikipedia.org/wiki/Полька | Падеграс элементы танца, экзерсис на середине зала 1 |
| 26 | Танцевальная культура XIX века. | Падеграс элементы танца, экзерсис на середине зала |
| 27 | Танцевальная культура XIX века.
возникновения, показ фильма. | Танцы XIX века. Разучивание Польки, история |
| 28 | Танцевальная культура XIX века. | Полька, элементы танца, экзерсис на середине зала |
| 29 | Танцевальная культура XIX века. | Полька, элементы танца, экзерсис на середине зала |
| 30 | Танцевальная культура XIX века.
середине зала | Полька-мазурка, элементы танца, экзерсис на |
| 31 | Танцевальная культура XIX века.
середине зала | Полька-мазурка, элементы танца, экзерсис на |
| 32 | Танцевальная культура XIX века. | Полька-мазурка, (закрепление материала) |
| 33 | Танцевальная культура XIX века.
элементы танца | Танцы XIX века. Вальс- мазурка, разучивание танца, |
| 34 | Танцевальная культура XIX века. | Вальс-мазурка, танца, элементы танца |
| 35 | Итог | Виды танцев танцевальной культуры XV – XIX |

«Хореография» 8 класс

Раздел 1 «Экзерсис бальной хореографии»

- | | | |
|---|------------------------------|---|
| 1 | Экзерсис бальной хореографии | Урок бального танца- выполняются шаги, переходы, приставки |
| 2 | Экзерсис бальной хореографии | Урок бального танца- выполняются шаги, переходы, приставки, притопы. |
| 3 | Экзерсис бальной хореографии | Урок бального танца - выполняются шаги, переходы, приставки, притопы |
| 4 | Экзерсис бальной хореографии | Урок бального танца - выполняются шаги, переходы, приставки, притопы прыжки и повороты в бальной хореографии. |
| 5 | Экзерсис бальной хореографии | Урок бального танца - выполняются шаги, переходы, приставки, притопы прыжки и повороты в бальной хореографии. |

Раздел 2. «Историко-бытовые танцы»

- | | | |
|----|------------------------|---|
| 6 | Историко-бытовые танцы | Гавот, история возникновения танца, разучивание элементов танца |
| 7 | Историко-бытовые танцы | Гавот, разучивание элементов танца |
| 8 | Историко-бытовые танцы | Гавот, разучивание элементов танца |
| 9 | Историко-бытовые танцы | Вольта, история возникновения танца, разучивание элементов танца |
| 10 | Историко-бытовые танцы | Вольта, разучивание элементов танца |
| 11 | Историко-бытовые танцы | Аллеманда, , история возникновения танца, разучивание элементов танца |
| 12 | Историко-бытовые танцы | Аллеманда разучивание элементов танца |
| | Бальные танцы | |
| 13 | Бальные танцы | Вальс. Виды вальса. |
| 14 | Бальные танцы | Вальс. Виды вальса. |
| 15 | Бальные танцы | Большой фигурный вальс, разучивание элементов танца |
| 16 | Бальные танцы | |

- Большой фигурный вальс, разучивание элементов танца
- 17 Бальные танцы
- Большой фигурный вальс, разучивание элементов танца
- 18 Бальные танцы
- Вальс-мазурка разучивание элементов танца
- 19 Бальные танцы
- Вальс-мазурка разучивание элементов танца
- 20 Бальные танцы
- Вальс-мазурка разучивание элементов танца
- 21 Бальные танцы
- Медленный вальс разучивание элементов танца
- 22 Бальные танцы
- Медленный вальс разучивание элементов танца
- 23 Бальные танцы
- Медленный вальс разучивание элементов танца
- 24 Бальные танцы
- Медленный вальс постановка танца
- 25 Бальные танцы
- Медленный вальс постановка танца
- 26 Бальные танцы
- Блюз, разучивание элементов танца
- 27 Бальные танцы
- Блюз, разучивание элементов танца
- 28 Бальные танцы
- Блюз, разучивание элементов танца
- 29 Бальные танцы
- Полька тройка разучивание элементов танца
- 30 Бальные танцы
- Полька тройка разучивание элементов танца
- 31 Бальные танцы

- Полька тройка разучивание элементов танца 1
- 32 Бальные танцы
- Полька тройка разучивание элементов танца 1
- 33 Бальные танцы
- Русский лирический разучивание элементов танца
- 34 Бальные танцы
- Русский лирический разучивание элементов танца
- 35 Бальные танцы
- Русский лирический разучивание элементов танца