

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Поташкинская средняя общеобразовательная школа»

Русинов  
Павел  
Юрьевич

Подписан: Русинов Павел  
Юрьевич  
DN: O="МБОУ "Поташкинская  
СОШ", CN=Русинов Павел  
Юрьевич, E=Potachsa1@yandex.ru  
Основание: я подтверждаю этот  
документ своей удостоверяющей  
подписью  
Местоположение: место  
подписания  
Дата: 2022.09.07 09:03:41+05'00'  
Foxit PhantomPDF Версия: 10.1.1

**Согласовано**

Заместитель директора по УВР  
МБОУ «Поташкинская СОШ»

от 30.08.2022 г.

**Утверждено:**

Директор МБОУ  
«Поташкинская СОШ»

/ П.Ю. Русинов/  
Приказ №139 од  
от 30.08.2022 г.

**Программа**  
**«В МИРЕ ТАНЦЕВ - ОЧКЫН»**  
**5-9 классы**

**Составитель программы:**  
Бархаева Фидания Шайхулловна,  
учитель ВКК

д.Артя-Шигири



**Программа  
«В МИРЕ ТАНЦА - ОЧКЫН»**

**2. Комплекс основных характеристик**

**2.1. Пояснительная записка**

№	Направление	Содержание
1	Направленность программы	Художественно-эстетическая
2	Актуальность	<p>Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.</p> <p>Актуальность рабочей программы обусловлена ее методологической значимостью. Для обучающихся высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.</p> <p>Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.</p> <p>Программа относится к художественно-эстетическому направлению. При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.</p>
3	Отличительная особенность программы	<p>С целью повышения уровня мотивации должна систематически проводиться воспитательная работа, направленная на положительное отношение к занятиям, используя следующие методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Создание на занятии ситуации занимательности.</li></ul>

		<ul style="list-style-type: none"><li>● Образное, эмоциональное изложение нового материала в сочетании с традициями и обычаями народов Среднего Урала.</li><li>● Развитие представлений о пластичности, эстетичности, делая максимальную опору на жизненный опыт учащихся и имеющиеся у них знания.</li><li>● Систематическое ознакомление с новинками по профилю и побуждение обучающихся к самостоятельному изучению информации.</li><li>● Ситуация успеха на занятиях создается путем оказания дифференцированной помощи разным категориям обучающихся, выполняющим работу одинаковой сложности и их поощрения. Использование поощрения на занятии.</li><li>● Программа предназначена для ребят 11-17 лет</li></ul>
--	--	--

4	Адресат	Для детей от 11 до 17 лет (численность детей от 7 до 20 человек)
5	Режим занятий	Пятница: 15.00 - 16.00
6	Объем	315 часов
7	Срок освоения общеразвивающей программы	1 год, 35 недель
8	Уровневость общеразвивающей программы	«Базовый уровень»
9	Формы обучения	Индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая
10	Виды занятий	Работа в парах, коллективная работа, индивидуальная работа.
11	Формы подведения результатов	Контрольные занятия, учебные концерты, праздники танца.

Рабочая программа “В мире танца - Очкын”, разработанная для работы с учащимися среднего и старшего школьного возраста, является Приложением к Основной образовательной программе филиала МБОУ «Поташкинская СОШ»-«Артя-Шигиринская ООШ».

**Рабочая программа ориентирована на учебники:**

1. Литература 5 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
2. Литература 6 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
3. Литература 7 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
4. Литература 8 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
5. Литература 9 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
6. Ритмические упражнения, хореография и игры», Г. А. Колодницкий. - М.: Дрофа, 2015г,
7. Танцуй веселей: методическое пособие с аудио-приложением по обучению детей татарским танцевальным движениям. А.Г. Мансуров – Казань: «Наследие», 2012.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

Актуальность рабочей программы обусловлена ее методологической значимостью. Для обучающихся высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся

функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.

Программа относится к внеурочной деятельности художественно-эстетического направления. При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

**Цель программы:** развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

**Задачи программы:**

- Развивать мотивацию детей к познанию и творчеству;
- Содействовать личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- Приобщать подрастающее поколение к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранению и охране здоровья детей.

Программа разработана для учащихся 5-9 классов (среднего и старшего звеньев) Программа рассчитана на проведение теоретических и практических занятий с обучающимися 5-9 классов в течение одного учебного года в объеме 34 часов, продолжительностью не более 40 минут одного занятия.

**Виды деятельности, используемые на занятиях:** работа в парах, коллективная работа, индивидуальная работа.

**Методы проведения занятий:** объяснений, пояснения в сочетании с практикой. наблюдение, коллективные и индивидуальные работы, самостоятельная работа, консультация.

**Методы контроля:** выступление на праздниках, участие в конкурсах, в школьных мероприятиях.

**Используемые технологии и методики:** лично-ориентированные технологий в обучении хореографии возможно применение технологии разно уровневое обучения, игровая, здоровьесберегающие технологии.

**Формы контроля:** контрольные занятия, учебные концерты, праздники танца.

## Содержание программы

### 1. Ритмические упражнения:

- упражнения на дыхание;
- физиологическая разминка по принципу сверху вниз.

### 2. Упражнения на ковриках:

- лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание;
- лежа на спине – поднятие ног, махи ногами;
- сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины;
- статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюды» и т.д.

### 3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей:

- движения в образах;
- пантомима.

### 4. Упражнения на пластику и расслабление:

- пластичные упражнения для рук;
- наклоны корпуса в координации с движениями рук;
- напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела.

### 5. Пространственные упражнения:

- продвижения с прыжками, бег, поскоки;
- перестроение из одной фигуры в другую.

### 6. Ритмические комбинации:

- связки ритмичных движений;
- этюды;
- танцевальная импровизация.

Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).

### 2. Упражнения на середине зала:

- приседания и полуприседания;
- поднятие стопы на полупальцы;
- движение в координации рук и ног по позициям, повороты.

### 3. Прыжки, верчения:

- прыжки на месте по I, II, III позициям ног;
- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.

### 4. Комбинации движений классического танца:

- этюды;
- координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений;
- координация рук и ног в исполнении движений на середине.

1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).

2. Основные танцевальные движения:

- танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной,.

Татарский народный танец «Общий»

Элементы общего танца

- «Приветствие», «Ручеек», «Круг», «Прощание»;

### Тематическое планирование

№ п/п	Темы занятий	Количество часов
1	Упражнения на дыхание	1
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1
4	Поднимание ног, махи ногами	1
5	Движения в образах	1
6	Пантомима	1
7	Пластичные упражнения	1
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1
10	Ритмические движения	1
11	Импровизация	1
12	Ритмические комбинации: этюды	1
13	Связка танцевальных движений	1
14	Постановка корпуса, поклон	1
15	Позиции рук, ног	1
16	Приседания	1
17	Полуприседания	1
18	Поднимание стопы на полупальцы	1
19	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1
20	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1
21	Понятие «Точка»	1
22	Ритмические движения	1
23	Мелодии в темпе музыкального движения	1
24	Татарский народный танец «Общий»	1
25	Элементы «Общего танца»	1
26	Ручеек – элемент «Общего танца»	1
27	Темп. Характер татарского танца	1
28	«Общий круг» - элемент татарского танца	1
29	Общий танец – танец татарского народа	1
30	Мелодии в темпе музыкального движения	1
31	Татарский народный танец «Общий»	1
32	Элементы «Общего танца»	1
33	Ручеек – элемент «Общего танца»	1
34 -	Темп. Характер татарского танца, Общий танец татарского	2

35	народа	
		Итого 35

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты**

У выпускника будут сформированы:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;

*Выпускник получит возможность для формирования:*

- *осознавать роль танца в жизни;*
- *развитие танцевальных навыков.*
- *выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации к изучению культуры как значимой части культуры народа, следствием чего станет приобщение к поликультурному достоянию родной страны;*

### **Метапредметные результаты:**

*Регулятивные УУД:*

Выпускник научится:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- *в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;*
- *выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.*

*Познавательные УУД:*

Выпускник научится:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- *навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.*

*Коммуникативные УУД:*

Выпускник научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

### **Предметные результаты:**

Выпускник научится:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

### **Методическое обеспечение программы**

Результат реализации программы во многом зависит от подготовки учителя, взаимодействия и сотрудничества с родителями, ответственности обучающихся.

#### **Материально-техническое обеспечение**

##### **1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)**

2. Литература 5 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
3. Литература 6 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
4. Литература 7 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
5. Литература 8 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
6. Литература 9 класс: Учебник-хрестоматия в 2 ч. - 2-е изд. В.Я. Коровиной. - М.: Просвещение, 2019
7. Ритмические упражнения, хореография и игры», Г. А. Колодницкий. - М.: Дрофа, 2015г,
8. Танцуй веселей: методическое пособие с аудио-приложением по обучению детей татарским танцевальным движениям, А.Г. Мансуров – Казань: «Наследие», 2012.

## **2. Печатные пособия:**

Танцуй веселей: методическое пособие с аудио-приложением по обучению детей татарским танцевальным движениям, хореография и игры»,

## **3. Технические средства обучения**

Музыкальный центр, музыкальные диски

## **4. Оборудование зала: Коврики, обручи, скакалки.**

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575829

Владелец Русинов Павел Юрьевич

Действителен с 23.03.2022 по 23.03.2023