

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 196»  
(МБОУ «СОШ № 196»)

Принята на заседании методического  
(педагогического) совета  
от «31» августа 2020 г.  
Протокол № 9



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ «СОШ № 196»  
Д.Б. Ярушин  
«31» августа 2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»**

**НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ: ХУДОЖЕСТВЕННАЯ**

Уровень программы - ознакомительный

Возраст детей: 15-18 лет

Срок реализации: 1 года

Составитель:  
Серёгина Ольга Викторовна  
педагог дополнительного образования

г. Северск

2020 год

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3-4с.
2. Личностные, метапредметные результаты освоения учебного курса.....	5-6с.
3. Содержание учебного курса.....	6-7с.
4. Тематическое планирование.....	7с.
5. Система оценки планируемых достижений.....	7с.
6. Материально-техническое обеспечение.....	7с.

## **I. Пояснительная записка**

### **Нормативно-правовая база программы:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (редакция от 02.06.2016г. с изменениями и дополнениями, вступ. в силу 01.07.2016г).
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года № 373, зарегистрированный Минюстом России 22 декабря 2009г №15785 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (в редакции от 29 декабря 2014г №1643 зарегистрирован Минюстом РФ 6 февраля 2015г №35916).
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 № 30067).
4. Письмо Минобрнауки России от 28.10.2015 №08-1786 «О рабочих программах учебных предметов».
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 года № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» с внесенными изменениями (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 8 июня 2015 года № 576; приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 декабря 2015 года № 1529; приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 января 2016 года № 38).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 №189»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 № 81 «О внесении изменений №3 в СанПин 2.4.2.2821-10 »;
8. Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ «СОШ №196».
9. Положение МБОУ «СОШ №196» о разработке и утверждении рабочей программы дополнительного образования по физическому воспитанию.
10. Учебный план МБОУ «СОШ №196».

Программа предназначена для преподавания дополнительного образования по физическому воспитанию для обучающихся 11 классов.

Необходимым условием гармоничного развития личности является достаточная двигательная активность. Последние годы в силу высокой учебной нагрузки в школе и дома и других причин у большинства учащихся отмечается дефицит в режиме дня, недостаточная двигательная активность, обуславливающая появление гипокинезии, которая может вызвать ряд серьёзных изменений в организме ученика. Единственная возможность нейтрализовать отрицательное явление, возникающее у подростков при продолжительном и напряжённом умственном труде, - это активный отдых и организованная физическая деятельность. Двигательный режим складывается в основном из внеклассных занятий по физическому воспитанию и уроках физической культуры.

Занятия художественно-эстетической направленности по физическому воспитанию для обучающихся содействует физическому развитию, вырабатывает у них правильную осанку, уверенную легкую походку, ловкость движений, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения, связано с мобилизацией многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических

возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. В программу включены упражнения обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

В процессе освоения программы у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и внеклассной деятельности. Программа направлена на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала. Занятия физическими нагрузками учат учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

**Целью обучения дополнительного образования по физическому воспитанию в школе** является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих **задач:**

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно — важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение знаний об организме человека, профилактике и возможном исправлении отклонений в здоровье;
- формирование у обучающихся навыков здоровья образа жизни;
- формирование потребности к занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- формирование общих представлений о культуре движений;
- формирование культуры общения между собой и окружающими, воспитание организованной, гармонически развитой личности;
- развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание, способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях;
- развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности;
- развитие умения определять музыкальные жанры), понимать простейшие музыкальные понятия, формирование красивой осанки, выразительности пластики движений в танцах.

**Место дополнительного образования художественно - эстетической направленности «Сценическое движение» в учебном плане.**

Занятия по физическому воспитанию «Сценическое движение» входит в дополнительное образование в области «**Художественно - эстетической направленности**» обязательной части Учебного плана МБОУ «СОШ №196», час в неделю. Всего на изучение этого занятия в школе выделяется 34 ч., (1 ч в неделю, 34 учебные недели).

## **II. Личностные, метапредметные результаты освоения учебного курса «Сценическое движение»**

**Планируемые личностные результаты изучения курса:**

**Личностные результаты:**

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

- организовано строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- Сформировать мотивации к занятиям , включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей, навыков творческой установки.

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в игровых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, и т. д.;

***Ученик получит возможность научиться:***

- *организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;*
- *наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок;*
- *выполнять танцевальные комбинации;*
- *чувствовать ритм, согласовывать музыку и движение.*

**Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.
- Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

### **III. Содержание учебного курса**

Программа состоит из трех разделов: «История развития и возникновения вальса»; «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Композиция постановки танца». В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём.

	Содержание курса	Кол-во часов	Формы организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности
1	<p><b>«История развития и возникновения вальса»</b>  История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер <math>\frac{3}{4}</math>. Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца. Современный бальный танец является преемником историко-бытового. Он отражает особенности танцевальной культуры, быта и этикета. Каждая эпоха имела свои танцы. В начале XIX века во все танцевальные залы бурно ворвались полька, галоп и вальс. Вальс (от немецкого walzen - вращаться, кружиться) - бальный танец музыкального размера <math>\frac{3}{4}</math> с упором на первый такт и ключевой фигурой "шаг-шаг-закрытая позиция". Вальс устойчиво ассоциируется у нас с торжественностью и возвышенностью, свойственной настоящим балам и сильным мелодиям.</p>	4	<p>слушание объяснений учителя, наблюдение за демонстрациями учителя, анализ проблемных ситуаций, показ движения педагогом; образец-показ движения лучшим исполнителем (учеником); подражание образам окружающей действительности; использование наглядных пособий, анализ и обсуждение; словесный комментарий педагога по ходу исполнения движения; игровой прием; развитие основ пластических линий.</p>
2	<p><b>«Упражнения на ориентировку в пространстве»</b> Для учащихся, не имеющих хореографической подготовки и не знакомых с терминологией, предлагаются элементарные понятия по предмету бальный танец. Знакомят с принятыми сокращениями, основными позициями ног в вальсе, позициями рук, положениями в паре. Изучают поклон и реверанс. Даются рекомендации Для освоения навыков исполнения вальса необходимо проучить с учащимися наиболее характерные движения фигурного вальса.</p>	10	<p>слушание объяснений учителя, наблюдение за демонстрациями учителя  анализ и обсуждение;  подражание образам окружающей действительности; слушание и анализ выступлений своих товарищей;  систематизация учебного материала;  хореографическая импровизация;  композиция постановки танца;  концертная деятельность;  игровая деятельность; танцевальные комбинации; проектная деятельность</p>

3	<b>«Композиция постановки танца»</b> Постановочная работа. Составление танцевальных композиций или использование рекомендуемых композиций. Приведенный ниже репертуар не является догмой и может варьироваться с учетом уровня восприятия, эмоционального и физического развития, интересов учащихся, для которого характерно личностное творческое самовыражение.	20	прием пространственной ориентации; хореографическая импровизация; фиксация отдельных этапов хореографических движений развитие основ пластических линий; занятие у хореографического станка; танцевальные упражнения; композиция постановки танца; концертная деятельность; игровая деятельность; танцевальные комбинации; проектная деятельность;
---	---	----	--

## VI. Тематическое планирование

### 11 класс

Раздел	Количество часов	
	теория	практика
1. История развития и возникновения вальса	2	8
2. Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	8
3. Композиция постановки танца	1	14
Итого: 34 часа	4	30

### V. Система оценки планируемых достижений.

Оценка качества освоения занятия по физическому воспитанию "Сценическое движение" включает в себя: используются просмотры, выступление на школьных праздниках, торжественных и тематических линейках, участие в школьных мероприятиях, родительских собраниях, классных часах.

### VI. Материально-техническое обеспечение учебного процесса.

- учебный кабинет - актовй зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- музыкальный материал.

Календарно-тематическое планирование \_\_\_\_\_ по дополнительному образованию  
художественно-эстетической направленности «Сценическое движение» 11 класс

Количество часов в год 34 часов, в неделю 1 час

№	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Дата		Примечание
			по плану	по факту	
<b>Раздел 1 «История развития и возникновения вальса»-4 часа)</b>					
1-2	1.1. Виды вальса. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ . Прослушивание различных видов вальса.	2			
3-4	1.2. Основные позиции ног и рук в танце.	2			
<b>Раздел 2 «Упражнения на ориентировку в пространстве» 10часов)</b>					
5-6	2.1. Движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене.	2			
7-8	2.2. «Променад» (вальсовое вращение партнерши и одновременное шоссэ партнеров).	2			
9-10	2.3. Вращения в паре на носках вокруг своей оси.	2			
11-12	2.4. Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти.	2			
13-14	2.5. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти .	2			
<b>Раздел 3 «Композиция постановки танца» 20 часов)</b>					
15-16	3.1. Вальсовая дорожка в парах по кругу.	2			
17-18	3.2. Вальсовая дорожка в парах по кругу, под рукой (смена партнера).	2			
19-20	3.3. Основной вальс в парах по кругу.	2			
21-22	3.4. Техника исполнения танцевальных упражнений.	2			
23-24	3.5. «Венский вальс»-1 часть.	2			
25-26	3.6. «Венский вальс»-2 часть.	2			
27-28	3.7. «Венский вальс»-3 часть.	2			
29-30	3.8. Танцевальная комбинация в парах по квадрату.	2			
31-32	3.9. Балансе по кругу в парах, поворот под рукой.	2			
33-34	3.10. « До за до»-квадрат в паре.	2			
		34	34		