



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
имени капитана 1-го ранга П.И. Державина

РАССМОТРЕНО
на заседании МО учителей ФИТМО

Протокол № 1 от «31» августа 2021 г.

Председатель МО
А.В. Попова

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
А. К. Шабанов

ПРИНЯТО на заседании
Педагогического совета ГБОУ № 253
Протокол №1 от 31.08.2021

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы № 253

И. А. Фурсова



**Рабочая программа
по хореографии
для учащихся 11-го класса
2021 - 2022 учебный год**

Санкт-Петербург
2021

ПОСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

К рабочей программе по хореографии для учащихся 11-х классов.

Рабочая программа по физической культуре, раздел «Хореография» для 11 классов разработана в соответствии:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями
2. Федерального компонента государственных образовательных стандартов общего образования, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
3. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 28.12.2018 г. № 345 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
4. Образовательная программа среднего общего образования.
5. Распоряжения Комитета по образованию N 988-р от 16.04.2020 «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующего основные общеобразовательные программы в 2020/2021 учебном году»;
6. Локальные акты учебного заведения.
 - Положение о рабочей программе
 - Положения о ведении электронного классного журнала, утвержденного приказом от 30.08.2016 г. № 244/3.
7. Авторская программа «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 10-11 классы» В. И. Ляха (М.: Просвещение, 2018 г).

Программа «Хореография» имеет спортивно-оздоровительную направленность. Программа предназначена для урочной деятельности учащихся 11-х классов.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена тем, что она позволит повысить физическую активность детей, а выполнение музыкальных заданий увеличивает эффективность обучения школьников двигательным действиям на фоне оптимальной двигательной активности и повышения двигательного опыта.

Актуальность данной программы состоит в биологически необходимой смене умственного процесса на физическую деятельность, снижения утомляемости учащихся и активизации малоподвижных учащихся.

Основной целью программы «Хореография» является содействие всестороннему развитию личности школьника средствами танцевальной гимнастики.

Обучение по программе «Хореография» создает необходимый двигательный режим и положительный психологический настрой. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Исходя из целей программы предусматривается решение следующих **основных задач**:

1. Укрепление здоровья:

способствовать оптимизации развития опорно-двигательного аппарата;

формировать правильную осанку;

содействовать профилактике плоскостопия;

содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

2. Совершенствование психомоторных способностей школьников:

развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;

содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.

3. Развитие творческих и созидательных способностей, занимающихся:

развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движениях;

развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Формы и режим занятий. Основной формой организации занятий является урок. Наряду с групповым, осуществляется дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся.

Реализация программы в условиях обучения с использованием дистанционных образовательных технологий

Обучение учащихся осуществляется в очной и дистанционной форме с применением дистанционных технологий. Для организации обучения с использованием порталов дистанционного обучения учителями применяются рекомендованные источники:

Портал дистанционного обучения (<http://do2.rcokoit.ru>) -

- содержит удобные тесты;
- дает возможность учителю комментировать работу ученика, указывать на ошибки;
- доступ к заданиям открыт в любое время;
- задания портала связаны с упражнениями в учебнике, дополняют их, облегчают работу учащимся.

Российская электронная школа. <https://resh.edu.ru/> - это информационно-образовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя и открывающая равный доступ к качественному общему образованию независимо от социокультурных условий:

- программа полностью соответствует федеральным государственным образовательным стандартам;
- доступ к дополнительным интересным материалам (например, можно посмотреть фильм или посетить виртуальный музей);
- удобные инструменты обучения.

Google Класс – бесплатный веб-сервис:

- учащиеся получают задания от учителей, осуществляется обратная связь с учащимися;
- предоставляет возможность комментировать выполнение заданий детьми, поставить оценку;
- доступно проведения проверочных работ, тестов с он-лайн результатами;
- учащиеся работают самостоятельно, без помощи родителей;
- предоставляется возможность работы с телефона.

Инфорурок <https://infourok.ru/>.

- учащиеся получают задания от учителей, осуществляется обратная связь с учащимися;
- предоставляет возможность комментировать выполнение заданий детьми, поставить оценку;
- доступно проведения проверочных работ, тестов с он-лайн результатами;
- учащиеся работают самостоятельно, без помощи родителей;
- предоставляется возможность работы с телефона.

Яклас <https://www.yaklass.ru/>.

- в разделе «Предметы» есть вся необходимая теория, чтобы ученики могли обратиться за справкой
- в «Редакторе предметов» вы можете размещать собственные учебные материалы и задания, в том числе метапредметные
- если ученик выполнил задание неправильно, ему помогут «Шаги решения». Система выдаст подробное объяснение алгоритма решения, а после предложит сделать новое упражнение — для отработки и закрепления материала

Zoom (<https://zoom.us/>) - простая и надежная облачная платформу для видео- и аудиоконференцсвязи, чатов и веб-семинаров. Учащиеся могут заходить на платформу как с компьютера или планшета, так и с телефона.

Формы проведения занятий с использованием ДОТ

Синхронный (он-лайн обучение): коммуникация происходит в реальном времени, по расписанию, приближенному к обычному

Асинхронный: учащиеся получают материалы для самостоятельного изучения, домашние задания, тесты по альтернативным источникам (учебники, рабочие тетради и т.п.). Задания высылаются учащимся к определённом сроку при помощи средств коммуникации с обратной связью: почта, чат, социальные сети, электронный дневник. Взаимодействие с учащимися и их родителями при использовании ДОТ осуществляется на основе использования возможностей социальных сетей (в контакте, ватсап и др), сервисов Classroom, Zoom. При отсутствии электронных средств у учащихся дети работают при помощи альтернативных источников обучения.

Критерии оценки знаний, умений и навыков обучающихся.

В основу критериев оценки учебной деятельности учащихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной оценке для всех установлены обще-дидактические критерии.

Оценка «5» ставится в случае:

1. Знания, понимания, глубины усвоения обучающимся всего объема программного материала.
2. Умения выделять главное в изученном материале, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применять полученные знания.
3. Отсутствия ошибок и недочетов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах, устранения отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов учителя.

Оценка «4»:

1. Знание всего изученного программного материала.
2. Умение выделять главное в изученном материале, обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике.
3. Незначительные (негрубые) ошибки и недочеты при показе изученного материала.

Оценка «3»:

1. Знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, затруднение при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи преподавателя.
2. Умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизмененные вопросы.
3. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых ошибок при воспроизведении изученного материала, незначительное несоблюдение основных правил.

Оценка «2»:

1. Знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале.
2. Отсутствие умений работать на уровне показа, затруднения при ответах на стандартные вопросы.
3. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала.
4. Ставится за полное незнание изученного материала, отсутствие элементарных умений и навыков.

По окончании изучения программы выпускники должны:

- Знать назначение музыкальных игр, знать музыкальные размеры, элементы классического экзерсиса.
- Уметь составить и провести разминку, комплекс ритмической гимнастики, уметь ориентироваться в пространстве, уметь импровизировать под музыку заданные образы, уметь использовать музыкальные игры в активном отдыхе.

Способы определения результативности программы:

- Диагностика, проводимая в конце года в виде педагогического наблюдения
- Снижение заболеваемости и повышение уровня физической активности детей

№ п/п	Разделы	Количество часов
1	Вводный	1
2	Разминка	6
3	Азбука классического, народного, бального современного танца.	9
4	Темпоритм - ритмические, ударные, хлопковые упражнения под музыку (в линейном варианте, круговом, стоя, сидя, в движении)	4
5	Ориентировка в пространстве –рисунок танца (линии, круги, диагонали, змейки, колонки, линейки)	3
6	Развитие фантазии и воображения – двигательная импровизации под музыку заданных образов.	8
7	Постановочная и репетиционная работ	3
	ИТОГО:	34

Содержание учебного предмета.

1. Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка, инструктаж по технике безопасности. Предмет, задачи, содержание программы.

2. Музыка в движении. Теория: Характер, темп, динамические оттенки в музыке, понятия такт, размер, ритм, ритмический рисунок, сильные и слабые доли. Практика: Прослушивание и разбор танцевальной музыки, прохлопывание и протопывание ритмического рисунка. Движение под музыку (ходьба, бег, прыжки). Основные танцевальные ходы (галоп, подскок, полька, русский переменный ход). Упражнения со скакалкой (различные виды прыжков (бег, подскоки, галоп).

3. Партерная гимнастика. Теория: необходимость партерной гимнастики (для чего она нужна) - техника выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: Выполнение упражнений на выработку красивой осанки (кошечка, рыбка, лодочка и др.); на развитие ловкости (свечка, мостик, неваляшка); на развитие гибкости (складка, выпады, перекаты, шпагаты).

4. Музыкальные игры, этюды. Практика: упражнения, способствующие развитию воображения, умению показать задуманный образ, умению «раскрашивать» музыку (рассказать о ней); импровизации на заданные темы.

5. Бальный танец. Теория: знакомство с бальным танцем танцем.

Практика: изучение позиций рук, позиций ног, простейшие шаги (пружинный шаг, виды бега) – повторение, выполнение танцевальных комбинаций.

6. Классический танец. Теория: знакомство с теорией балета, рассказ об известных балетмейстерах и балеринах. Практика: изучение позиций рук, позиций ног, положение

корпуса, натянутой ноги, стопы на полупальцах, положение пальцев кисти; движения классического экзерсиса (preparation, plies, releve, portdebras, degage); прыжки: sauté, jete; продвижение вперед: pascouru, pasdebouresouivi

7. Эстрадный танец. Практика: изучение позиций рук, ног, головы, корпуса, стоп. Изучение различных стилей и направлений танца (модерн, джаз, хип-хоп).

8. Композиция. Практика: разучивание и отработка движений, комбинаций, танцевальных композиций; работа над синхронизацией движений; освоение пространства сцены.

9. Организационно-массовая деятельность. Теория: комплектование (формирование) группы. Практика: участие хореографического коллектива в различных массовых мероприятиях.

10. Итоговое занятие. Подведение итогов, исполнение разученных танцев.

Список используемой литературы :

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2007)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград:Учитель, 2008)
8. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
9. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
10. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
11. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
12. И. Лях, А. А. Зданевич. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 классов» (В. - М.: Просвещение, 2010);