

Приложение № 4-В
к основной образовательной
программе основного общего
образования МАОУ СОШ №215
утв. приказом №01.01-02/266 от 30.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«ПОДИУМНЫЙ ШАГ»

5-9 класс

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты

- осознание роли подиумного шага в жизни людей;
- умение чувствовать красоту и выразительность шага, стремиться к совершенствованию собственной осанке;
- любовь и уважение к самой себе
- интерес к подиумному искусству, основам фотопозирования;
- интерес к изучению основ модельного искусства;
- осознание правильного умения преподнести «себя».

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- составлять план решения учебной проблемы совместно с учителем;
- работать по плану, сверяя свои действия с целью, корректировать свою деятельность;
- в диалоге с учителем определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.

Познавательные УУД:

- перерабатывать и преобразовывать информацию из одной формы в другую (составление простейших моделей);
- Коррекция осанки, устранение дефектов походки (работа со стойками и позированиями);
- Отработка походки.

Коммуникативные УУД:

- адекватно использовать различные шаги, походки и стойки;
- владеть знаниями о шагах и походках;
- Демонстрировать шаг как модель;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы.

Предметные УУД:

- Подиумный шаг
 - Основы фотопозирования
 1. Учащийся должен уметь вести себя достойно, применять правильные стойки и шаги в зависимости от ситуации.
 2. Учащийся должен уметь устно использовать основы фотопозирования.
- Показателем сформированности умения является соответствие походки.

Согласно приоритету коммуникативной направленности обучения, в первую очередь, у детей формируются навыки активного и психологически свободного использования подиумного шага и умения ориентироваться в сценическом пространстве. У учащихся формируются навыки для реализации следующих коммуникативных задач:

- правильно демонстрировать одежду;
- выражать своё отношение.

2. СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел 1. Разбор стоек

1. Классическая
2. Fashin
3. Свободная
4. Современная
5. Классическая Зайцева
6. На широких ногах (стопы параллельны)

Раздел 2. Повороты

1. Пережим
с фиксацией:
2. Простой
3. Ч\з качель
4. Нажим
5. Без фиксации
6. Классический
 - Французский:
 - а) простой (шаг-поворот-голова- шаг-поворот-голова)
или (шаг-поворот-голова-шаг-голова-поворот)
 - б) сложный (шаг-360-шаг-поворот-голова-шаг-360-шаг-поворот-голова)
 - Современный (ч\з современную стоечку)
 - а) с 2-мя современными стоечками
 - б) с 2-мя современными стоечками и уход ч\з вертушку
 - в) с 3-мя современными стоечкам
7. Скрутка
 - Простая
 - С рондом

8. Подстановка

- Простая
- Сложная (ч\з 6-ую позицию)

Раздел 3. Повороты-вращения

1. Внутренний

- Французский (уход ч/з маленький крест)
- Европейский (квадрат)
- Современный (ч/з неправильную стойку полускруткой)
- Спортивный (ч/з разножку)

2. Крестовой

3. Боковой пережим

- С переходом на бедро
- Без перехода на бедро

4. Fashion-повороты

Раздел 4. Шаг

1. Классический (шаг→силуэт→шаг)

2. Московское (таз вперед)

3. Европейский (таз вперед, от высокого колена)

4. Клипный (от высокого колена на прямую ногу, руки очень свободные)

5. Миланский (от высокого колена на согнутую ногу, шаг под себя)

6. Танцующий (ч/з восьмерку бедрами)

7. Спортивный (по двум прямым)

8. Французский (с обводом стопы)

9. Fashion-шаг (на согнутую ногу широкий шаг со слегка отклоненным корпусом назад, руки сзади таза)

10. Театральные шаги: шаг со скручиванием бедра, vogue-шаг, шаг по косичке и т.д.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<i>Раздел</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Количество часов</i>
Раздел 1. Разбор стоек	Классическая	1
	Fashin Свободная	1
	Современная Классическая Зайцева На широких ногах (стопы параллельны)	1
Раздел 2. Повороты	1. Пережим с фиксацией: 2. Простой 3. Ч\з качель	1
	<i>Практическое занятие.</i> Нажим: А) Без фиксации Б) Классический	1
	Французский: а) простой (шаг-поворот-голова- шаг-поворот-голова) или (шаг-поворот-голова-шаг-голова-поворот) б) сложный (шаг-360-шаг-поворот-голова-шаг-360-шаг-поворот-голова)	1
	<i>Практическое занятие</i> Современный (ч/з современную стоечку) а) с 2-мя современными стоечками б) с 2-мя современными стоечками и уход ч\з вертушку в) с 3-мя современными стоечкам	1
	Скрутка • Простая • С рондом	1

	Подстановка • Простая • Сложная (ч/з 6-ую позицию)	1
Раздел 3. Повороты-вращения	1. Внутренний • Французский (уход ч/з маленький крест)	1
	Сложный (4 фигуры fashion) ч/з шаг на прямую ногу - с выносом ноги - с выносом бедра - ч/з 8-ку	1
	<i>Практическое занятие</i> Уход: просто уйти ч/з вертушку ч/з современную стоечку	1
	Уход (ч/з шаг 360)	1
	<i>Практическое занятие</i> Работа в fashion-повороте: -по циркулю -по квадрату Можно комбинировать способы поворота: циркуль+квадрат	1
	Переворот спиной к зрителю→лицом к зрителю Уход: ч/з полускрутку ч/з выпад и т.д.	1
	<i>Практическое занятие</i> 6 фигур fashion ч/з шаг назад(вперед) - с выносом ноги - с выносом бедра - ч/з 8-ку Уход: ч/з полускрутку ч/з выпад и т.д.	1

	Циркуль классический (на прямых ногах), работа в пространстве: боком, лицом, диагональ	1
	<i>Практическое занятие</i> Пиджак (работа с пиджаком) 3 фигуры fashion, 4 счета-4ч счета -1счет	1
	Шанелька а) с 2-мя остановками с переходом на бедро б) с 2-мя остановками без перехода на бедро в) с 1-ой остановкой с переходом на бедро г) с 1-ой остановкой без перехода на бедро д) с 1-ой остановкой спиной к зрителю е) без остановок (вертушка)	1
	<i>Практическое занятие</i> 5. Качели • Простые • Сложные: - французские (с 1-м 360 с 2-мя 360) - ч/з 2 стоечки -ч/з крест -ч/з диагональ -ч/з полускрутку	1
	С выносом бедра - вынос-360-вынос - вынос-вертушка-fashion	1
	<i>Практическое занятие</i> Полуклассический • Без первой стоечки • Без второй стоечки • Европейский (квадрат)	1
	<i>Практическое занятие</i> Современный (ч/з неправильную стоечку полускруткой)	1
	• Спортивный (ч/з разножку)	1
	Крестовой	1

	Боковой пережим	1
	• С переходом на бедро	1
	• Без перехода на бедро	1
	<i>Практическое занятие</i> Fashion-повороты	1
Раздел 4. Шаг	1. Классический (шаг→силуэт→шаг)	1
	2. Московское (таз вперед)	
	3. Европейский (таз вперед, от высокого колена)	1
	4. Клипный (от высокого колена на прямую ногу, руки очень свободные)	
	5. Миланский (от высокого колена на согнутую ногу, шаг под себя)	
	6. Танцующий (ч/з восьмерку бедрами)	1
	7. Спортивный (по двум прямым)	
	театральные шаги: шаг со скручиванием бедра, vogue-шаг, шаг по косичке и т.д.	
	8. Французский (с обводом стопы)	1
	9. Fashion-шаг (на согнутую ногу широкий шаг со слегка отклоненным корпусом назад, руки сзади таза)	
ИТОГО		34 часа

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 416534327891003442290759540767602278017667815833

Владелец Гумбатова Инна Владимировна

Действителен с 25.08.2023 по 24.08.2024