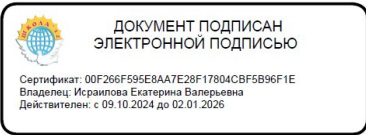




Российская Федерация
Комитет по образованию
администрации городского округа «Город Калининград»
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 12**

Рассмотрена на заседании МО учителей гуманитарных наук МАОУ СОШ № 12 Протокол № 1 от 28.08.2025	Обсуждена на заседании МС МАОУ СОШ № 12 Протокол ПС № 1 от 30.08.2025	Разрешена к применению приказом директора МАОУ СОШ № 12 Приказ № 275-од от 01.09.2025
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Сертификат: 00F266F595E8AA7E28F17804CBF5B96F1E Владелец: Исраилова Екатерина Валерьевна Действителен: с 09.10.2024 до 02.01.2026		
Директор МАОУ СОШ № 12 Исраилова Е.В. (подпись) М.П.		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Хореография»
для 5-9 классов среднего общего образования
на 2025-2026 учебный год

Составитель: Мкртчян Лусине Максимовна
педагог-хореограф МАОУ СОШ № 12

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Хореография» разработана
в соответствии с требованиями Федерального государственного

образовательного стандарта основного общего образования, планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования на основе модуля «Хореография»/ Горский В.А
Примерные программы внеурочной деятельности.

Актуальность

Обучение танцам в раннем возрасте способствует формированию духовно-сильной и красивой личности. На уроках танца можно научить хорошим манерам, вежливому обращению, красивой походке, грации и изяществу. Но танец служит не только красоте. Благодаря постоянным упражнениям он развивает мышцы, придаёт гибкость и эластичность корпусу, а также способствует снятию стресса в организме.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Связь с предметами учебной деятельности

Данная внеурочная деятельность связана с такими предметами: музыка, окружающий мир, физкультура.

Нормативные документы

Рабочая программа внеурочной деятельности по хореографии разработана для учащихся 5-9 классов общеобразовательной школы в соответствие с нормативно – правовой базой:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373
- программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373);
- Данная программа разработана по общекультурному направлению и рассчитана на 5 лет обучения: 1 час в неделю – 34 часа в год.

Цель программы:

Формирование целостной, духовно- нравственной, гармонично развитой личности.

Задачи:

- расширить знания в области хореографического искусства;
- Уметь выражать собственные ощущения, используя язык хореографии;
- уметь понимать «язык» движений;
- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- развить чувства гармонии, чувства ритма;
- совершенствовать нравственно - эстетических, духовных и физических потребностей.

Программа рассчитана на 5 лет, 170 часов:

- 5 класс – 34 часа/1 час в неделю;
- 6 класс – 34 часа/1 час в неделю;

- 7 класс – 34 часа/1 час в неделю;
- 8 класс – 34 часа/1 час в неделю;
- 9 класс – 34 часа/1 час в неделю;

Виды деятельности:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука (тренаж).
3. Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).
4. Беседы по хореографическому искусству.
5. Творческая деятельность.

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения курса внеурочной деятельности «Хореография» являются:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная оценка своих танцевальных и творческих способностей;
- умение высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- проявление творческой инициативы в различных сферах художественно-творческой деятельности.

Метапредметные результаты:

- умение учащихся двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- способность определять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, музыка, театр, изобразительное искусство);
- умение находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видах искусства.

Предметные результаты:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности;
- понимание роль хореографии в жизни человека; умение различать лирические, эпические и драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю – танец классический, народный, эстрадный, современный и др.;
- умение эмоционально воспринимать и оценивать танец; высказывать суждения об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимание специфики хореографического языка, представления о средствах танцевальной выразительности.

II. Содержание программы внеурочной деятельности

Раздел 1. «Основы классического танца»

Данный раздел знакомит учащихся с основами классической хореографии. Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки учащихся. Занятия включают в себя: ехерсисе у станка и на середине зала, вспомогательные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции. Также происходит знакомство учащихся с прыжками, вращениями и поворотами в классическом танце. Классический танец воспитывает легкость, «мягкость» движений, подтянутость корпуса, координацию движений и ориентацию в пространстве.

Раздел 2. «Основы историко-бытовых и бальных танцев»

Раздел предоставляет возможность учащимся познакомиться с историческим развитием танца, изучить танцевальное наследие. Задача данного раздела – знакомство учащихся с особенностями хореографии разных эпох, изучение быта, костюмов, общественной характеристики эпох, а также развитие координации, музыкальности, выразительности. Являясь танцем парно-массовым, стимулирует воспитание общественного поведения, комфортного самочувствия в обществе. Занятия включают в себя изучение основных положений рук и ног, поклонов и реверансов, основных движений, а также разучивание танцевальных этюдов на основе пройденного материала. Изучение историко-бытового танца позволяет воспитать в учащихся внутреннюю культуру, культуру общественного поведения, формирует гармонически развитую, творческую личность.

Раздел 3. «Основы современной хореографии»

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и не обладает какими-то правилами,

канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму, окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, в общем, создает новую пластику. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Данный раздел знакомит учащихся с основами современной хореографии. Занятия включают в себя разогрев, растяжку, кросс, изучение уровней в танце (верхний, средний, нижний). Также происходит знакомство с отдельными направлениями в современной хореографии, и постановка танцевальных комбинаций на их основе.

Раздел 4. «Танец»

В данный раздел включено изучение современных и балльных танцев. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и особенности стилей. Занятия включают в себя знакомство с композицией танца, постановку танцевальных этюдов на основе пройденного материала и знакомство с основами импровизации. Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Учащимся предоставляется возможность творческой импровизации, что позволяет осуществлять творческий рост ученика и видеть его достижения.

III. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

5 класс.

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<i>Раздел 1. Основы классического танца (7 часов)</i>		
1	Беседа о выдающихся русских артистах балета.	1

2	Элементарные движения классического танца. Позиции рук и ног.	1
3	Ехерсисе у станка.	2
4	Ехерсисе на середине зала.	2
5	Прыжки.	1
Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (9 часов)		
1	Основные положения рук и ног. Реверанс девочек. Поклон мальчиков.	1
2	Pas glisse, pas chasse вперед и назад, pas eleve.	2
3	Полонез. Усложненный рисунок.	2
4	Падепатинер.	2
5	Вальс «Алеман» (вальс втроем).	2
Раздел 3. Основы современной хореографии (9 часов)		
1	Основные положения рук и ног в джазовом танце.	1
2	Проучивание комбинаций для разогрева и растяжки на середине зала.	3
3	Кросс. Продвижение в пространстве. Понятие уровня.	1
4	Основы импровизации. Игры «Зеркало», «Контакт».	1
5	Танцевальный этюд на основе пройденного материала.	3
Раздел 4. Танец (9 часов)		
1	Композиция танца. Рисунки, композиционные переходы, перестроения.	1
2	Основы импровизации в танце.	1
3	Танцевальный этюд на основе бальной хореографии «Вальс».	4
4	Танцевальный этюд на основе современной хореографии.	3
	Итого часов	34

6 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Раздел 1. Основы классического танца (7 часов)		
1	Беседа о выдающихся балетмейстерах. Балетные спектакли XIX - XX века.	1
2	Более сложные движения классического танца. Позиции рук и ног.	1
3	Ехерсисе у станка усложненный.	2
4	Ехерсисе на середине зала. Маленькое adagio.	2
5	Повороты и вращения.	1
Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (9 часов)		
1	Основные положения рук и ног. Реверанс девочек и поклон мальчиков XIX век.	1
2	Pas glisse, pas chasse вперед и назад, pas eleve в быстром темпе.	1
3	Танец рыцарей из балета С.С. Прокофьева «Ромео и Джульетта».	2
4	Основные элементы танца «Самбо».	2
5	Основные элементы танца «Ча-ча-ча».	2
6	Основные элементы танца «Джайв».	1
Раздел 3. «Основы современной хореографии (9 часов)		
1	Основные положения рук и ног в американском джазовом танце.	1
2	Проучивание комбинаций для разогрева и растяжки на середине зала в характере американского джаза.	3
3	Кросс. Комбинации на смену уровней.	1
4	Основы jazz-modern танца. Проучивание комбинации в стиле jazz-modern.	2
5	Основы contemporary. Проучивание комбинации в стиле contemporary.	2
Раздел 4. Танец (9 часов)		

1	Композиция танца. Более сложные рисунки, композиционные переходы, перестроения.	1
2	Основы импровизации в танце. Игры «Зеркало», «Контакт».	1
3	Постановка танцевального этюда в стиле jazz-funk.	4
4	Постановка танцевального этюда в стиле hip-hop.	3
	Итого часов	34

7 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Раздел 1. Основы классического танца (6 часов)		
1	Просмотр балетного спектакля «Щелкунчик» П.И. Чайковского.	1
2	Ехерсисе у станка учебный.	3
3	Прыжки с двух ног на две. Pas echappe, changemend de pieds, pas glissade, pas assemble.	2
Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (10 часов)		
1	История возникновения и развития бытовых танцев XIX века.	1
2	Элементы мазурки.	1
3	Фигуры бальной мазурки.	1
4	Мазурка.	3
5	Основные элементы бального танца «Чарльстон».	1
6	Постановка танцевального этюда «Чарльстон».	3
Раздел 3. «Основы современной хореографии (9 часов)		
1	Основные элементы афро-джаза.	1
2	Работа над освобождением тела в танце.	2
3	Комбинация на середине зала на основе афро-джаза.	3
4	Кросс. Комбинации на продвижение на основе афро-джаза.	3
Раздел 4. Танец (9 часов)		
1	Основы контактной импровизации в танце.	2
2	Постановка танцевального этюда на основе контактной импровизации.	3
3	Постановка танцевального этюда на основе афро-джаза.	4
	Итого часов	34

8 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Раздел 1. Основы классического танца (7 часов)		
1	Просмотр балетного спектакля «Лебединое озеро» П.И. Чайковского.	1
2	Ехерсисе у станка танцевальный.	3
3	Ехерсисе на середине зала танцевальный.	3
Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (10 часов)		
1	Бытовые танцы эпохи Возрождения.	1
2	Основные элементы танца «Вольта».	2
3	Постановка танцевального этюда «Вольта».	3
4	Основные элементы танца «Менуэт».	2
5	Вальса. Основные ходы и положения в паре.	2
Раздел 3. «Основы современной хореографии (9 часов)		
1	Бродвейский джаз. История возникновения и развития.	1
2	Основные положения рук и ног в бродвейском джазе.	1

3	Комбинация на середине зала в стиле бродвейского джаза.	3
4	Кросс. Комбинации на продвижение в стиле бродвейского джаза.	3
5	Сочинение комбинаций на основе бродвейского джаза.	1
Раздел 4. Танец (8 часов)		
1	Композиция танца. Построение комбинаций.	1
2	Сочинение танцевальной комбинации на основе пройденного материала.	3
3	Сочинение танцевального этюда на основе пройденного материала.	4
	Итого часов	34

9 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Раздел 1. Основы классического танца (9 часов)		
1	Просмотр балетного спектакля «Спящая красавица» П.И. Чайковского.	1
2	Ехерсисе у станка и на середине зала танцевальный.	4
3	Прыжки с двух ног на одну.	2
4	Вращения и повороты.	2
Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (10 часов)		
1	Вальс. Основные ходы и положение в паре.	2
2	Фигура «правый поворот».	1
3	Фигура «левый поворот».	1
4	Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «Медленный вальс».	3
5	Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Венский вальс».	3
Раздел 3. «Основы современной хореографии (8 часов)		
1	Основы лирического джаза.	1
2	Комбинация на середине зала на основе лирического джаза.	3
3	Кросс. Комбинации на продвижение.	3
4	Импровизация на основе лирического джаза.	1
Раздел 4. Танец (7 часов)		
1	Постановка танцевального этюда «Венский вальс».	4
2	Постановка танцевального этюда на основе лирического джаза.	3
	Итого часов	34