

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 5 ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ» ДОНЕЦКОЙ
НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

ПРИНЯТО:

на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от 27.08.2025

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ «СШ № 5
г.о. Мариуполь»
И.В. Фомичёва
Приказ №174 от 28.08.2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 9591941)

по курсу внеурочной деятельности

« Хореография »

для обучающихся 7-9 классов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4E7B6FA10D8DA7D1EC4D96AA448B4886
Владелец: ФОМИЧЁВА ИРИНА ВАСИЛЬЕВНА
Действителен: с 07.08.2024 до 31.10.2025

г.о. Мариуполь 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОРЕОГРАФИЯ

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время танец – наиболее массовая форма активного приобщения к музыке. Танцевать может каждый ребенок, и танец для него естественный и доступный способ выражения художественных потребностей, чувств, настроений. Поэтому в руках умелого руководителя танца – действенное средство музыкально-эстетического воспитания. В танце соединены такие многогранные средства музыкально-эстетического воспитания человека, как движение и музыка. Новизна программы заключается в том, что она лабильна (от латинского «скользящий, неустойчивый»), так как репертуар ежегодно обновляется, каждый новый танец подбирается под определённого ребёнка или группу детей с учётом их музыкальных возможностей, двигательных способностей, психологических особенностей. Интерес обучающихся к танцевально-эстрадной деятельности позволяет привлекать детей, заполнить активным содержанием их свободное время, развивает творческие способности и самодисциплину, чувство коллективизма, ответственности, формирует гражданскую позицию и собственную значимость.

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется: в выделении в цели программы ценностных приоритетов; в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания; в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Устав ГБОУ «СШ № 5 Г.О. МАРИУПОЛЬ» (новая редакция), утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 1 июля 2024 г. № 969;

Учебный план среднего общего образования ГБОУ «СШ № 5 Г.О. МАРИУПОЛЬ» на 2025-2026 учебный год.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОРЕОГРАФИЯ

Целью программы является личностный рост ребенка в художественно-эстетической сфере, приобщение к миру танца и профессиям, связанным с музыкой. Программа направлена на решение следующих задач: Обучающие: развивать танцевальные способности учить школьников выразительно исполнять народные и балльные танцы обучение детей работать в группе; вовлечение детей в мир красивых танцев и музыкальных произведений; обучение свободному ориентированию в работе с реквизитом. Развивающие: развитие и поддержание устойчивого интереса ребенка к танцевально-эстрадному творчеству; развитие активности детей, снятие закрепощенности; развитие у детей воображения и музыкальной фантазии, эмоциональности в исполнении, а также двигательной культуры и артистизма; развитие художественного восприятия и вкуса, воспитание культуры поведения и общения. Воспитательные: формирование личностных качеств у обучающихся: гражданственность, патриотизм, бережного отношения к природе, любви к Родине, нравственно – эстетических норм, межличностных отношений; создание комфортных условий для интересной творческой работы в коллективе, способствующих развитию коммуникативных навыков личности; создание оптимальных условий для развития и реализации потенциальных способностей одаренных детей.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОРЕОГРАФИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Программа рассчитана на обучение учащихся 7-9 классов, 1 раз в неделю по 2 часа, 68 часов в год.

Программа составлена по принципу последовательного практического изучения различных направлений (тем) занятий. Каждое занятие является комплексным уроком, включающим упражнения на развитие пластики движения, координации движений, силы и гибкости или упражнения, направленные на коррекцию осанки и состояния позвоночника.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГИМНАСТИКА

Занятия проводятся в форме практических уроков, проводимых преподавателем под фонограмму, а также теоретической подготовки.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОРЕОГРАФИЯ

Содержание предмета предоставляет обучающимся возможность войти в мир танца, познакомиться с основами двигательной активности и здорового образа жизни.

Материал программы включает следующие темы:

1. Основы классического танца.
2. Основы современных направлений в хореографии.
3. Актерское мастерство, импровизация и игры.
4. Постановочная деятельность.
5. Просмотр видео – материала.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование ценностей многонационального российского общества, становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии народов, культур и религий;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; овладение элементами организации физического труда;
- формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов;
- самооценка умственных и физических способностей при трудовой деятельности в различных сферах с позиций будущей социализации и стратификации;
- развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности; выражение желания учиться для удовлетворения перспективных потребностей;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; умение общаться при коллективном выполнении работ или проектов с учетом общности интересов и возможностей членов трудового коллектива;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления;
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера; формирование индивидуально-личностных позиций учащихся;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- определение адекватных имеющимся организационным и материально-техническим условиям способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ по созданию продуктов;
- осознанное использование художественных средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирование и регуляция своей деятельности;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных);
- организация учебного сотрудничества и совместной деятельности с учителем и сверстниками; согласование и координация совместной познавательно-трудовой деятельности с другими ее участниками; объективное оценивание вклада своей познавательно-трудовой деятельности в решение общих задач коллектива;
- оценивание правильности выполнения учебной задачи, собственных возможностей её решения;

- соблюдение норм и правил безопасности познавательно-трудовой деятельности и созидательного труда; соблюдение норм и правил культуры труда;
- оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
- формирование и развитие творческого мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;
- готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- сопровождением;
- соблюдать нормы этики и этикета.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

в познавательной сфере:

- сформированность целостного представления об окружающей действительности;
- становление внутренней установки личности поступать согласно своей совести, воспитание нравственности, основанной на духовных традициях народов России;
- овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;
- овладение элементарными практическими умениями и навыками в различных видах художественной деятельности (искусство танца);
- сформированность умений устанавливать взаимосвязь знаний по разным учебным предметам для решения прикладных учебных задач;
- сформированность первоначальных представлений о роли искусства танца в жизни человека, его роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность первоначальных представлений о роли музыки в жизни человека, ее роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность основ музыкальной культуры танца, развитие художественного вкуса и интереса к музыкальному и танцевальному искусству;
- умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к ней;
- использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций;
- сформированность основ художественной культуры, в том числе на материале культуры родного края; эстетического отношения к миру; понимание красоты как ценности; потребности в художественном творчестве и в общении с искусством;

в мотивационной сфере:

- оценивание своей способности к труду в конкретной предметной деятельности; осознание ответственности за качество результатов труда;
- согласование своих потребностей и требований с потребностями и требованиями других участников познавательной-трудовой деятельности;
- формирование представлений о мире профессий, связанных с изучаемыми технологиями, их востребованности на рынке труда; направленное продвижение к выбору профиля технологической подготовки в старших классах полной средней школы или будущей профессии в учреждениях начального профессионального или среднего специального образования;
- овладение методами эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда, дизайнерского проектирования изделий;
- рациональное и эстетическое оснащение рабочего места с учетом требований элементов научной организации труда;
- готовность к нравственному совершенствованию, духовному саморазвитию;
- формирование первоначальных представлений о светской этике;
- умение выражать себя в доступных видах и формах художественно-прикладного творчества; художественное оформление объекта труда и оптимальное планирование работ;
- рациональный выбор рабочего костюма и опрятное содержание рабочей одежды;
- участие в оформлении класса и школы, стремление внести красоту в домашний быт;

в коммуникативной сфере:

- практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности; действовать с учетом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнера, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
- установление рабочих отношений в группе для выполнения практической работы или проекта, эффективное сотрудничество и способствование эффективной кооперации; интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и учителями;
- сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом;

- адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги; в физиолого-психологической сфере:

- развитие моторики и координации движения рук при работе с ручными инструментами и выполнении операций; достижение необходимой точности движения при выполнении различных технологических операций;

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- сочетание образного и логического мышления в проектной деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

п / п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Название					
1 . 1	Введение.	1	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.	Беседа	
1 . 2	Партерная гимнастика.	25	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения	Практические занятия, игра. Работа в группах и парах.	https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_ХТ-Богомягкова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf

			для растяжки, в положении стоя, сидя, лежа.		
1 · 3	Постановка, изучение танца.	24	Движения танцев: «па-де-спанья», «русский лирический», «полька - шотландка», «полонез». Знать нормы этики при исполнении танцев.	Практические занятия, видеолекции.	

1 . 4	Основы современного танца.	16	<p>Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step. Повороты с шагом. Проучивание танцевальных комбинаций. Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево). Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.</p>	Практические занятия, видеолекции.	https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbmsg311b135216471
1 . 5	Итоговое занятие.	2	<p>Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.</p>		
Итого		68			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

8 КЛАСС

	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Название					
1 . 1	Введение.	1	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.	Беседа.	
1 . 2	Партерная гимнастика.	25	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа.	Практические занятия, видеолекции.	https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_ХТ-Богомягкова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf

1 · 3	Постановка, изучение танца.	24	Движения танцев: русский народный танец, стилизованные движения народного танца. Знать нормы этики при исполнении танцев.	Практические занятия, видеолекции.	https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbmwlg43r154742916
1 · 4	Основы современного танца.	16	Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step. Повороты с шагом. Проучивание танцевальных комбинаций. Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево). Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с	Практические занятия, видеолекции.	https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbmsg311b135216471

			чередованием шагов.		
1 . 5	Итоговое занятие.	2	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.	Практическое занятие.	
Итого		68			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

9 КЛАСС

п / п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Название					

1 . 4	Основы современного танца.	16	<p>Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step.</p> <p>Повороты с шагом.</p> <p>Проучивание танцевальных комбинаций.</p> <p>Растяжки из положения falls.</p> <p>Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево). Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.</p>	Практическое занятие, импровизация, игра.	https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbmsg311b135216471
Итого		66			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые
---	------------	------------------	----------------------

п / п		Всего	Контроль ные работы	Практические работы	образовательные ресурсы
1	Правила поведения на уроках, о технике безопасности, о форме одежды для занятий. Название мышц, работающих при выполнении упражнений.	2			
2	Развитие мобильности плечевого сустава, растяжка мышц рук.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
3	Классический танец в партере.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
4	Упражнения для развития брюшного пресса. «Солдатык», планки с различными модификациями. Поднимание туловища из положения лёжа с различными модификациями.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
5	Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf

6	Упражнения для развития подъёма и выворотности стоп.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XT-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
7	Упражнения для развитие гибкости спины: «лодочка», «корзинка», «кольцо», «берёзка», «мостик» с положения лёжа, «мостик» с положения стоя.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XT-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
8	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов.	2			https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-balet/library/2019/10/29/parternyy-ekzertsis-kak-osnova-klassicheskogo-tantsa
9	Классический танец в партере.	2			https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-balet/library/2019/10/29/parternyy-ekzertsis-kak-osnova-klassicheskogo-tantsa
10	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Упражнения для развития силы ног.	2			https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-balet/library/2019/10/29/parternyy-ekzertsis-kak-osnova-klassicheskogo-tantsa
11	Классический танец.	2			https://krispen.ru/knigi/vaganova_aya_01.pdf
12	Подготовительные упражнения к стойке на локтях.	2			https://kanevskaya-maurshi.krd.muzkult.ru/media/2020/08/18/1256361036/Gimnastika_M.N.Zhuravina_M.K.Menshikova_compressed.pdf
13	Подготовительные упражнения к стойке на руках.	2			https://kanevskaya-maurshi.krd.muzkult.ru/media/2020/08/18/1256361036/Gimnastika_M.N.Zhuravina_M.K.Menshikova_compressed.pdf

1 4	Идея номера. Разучивание выхода под счет.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 5	Разучивание движений под счёт и под музыку.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 6	Разучивание перестроений в танце.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 7	Работа в парах. Разучивание движений в парах.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 8	Разучивание движений в партере.	2			
1 9	Техника выполнения поддержки в танце.	2			
2 0	Отработка танца под счёт и под музыку.	2			
2 1	Игротанцы.	2			https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-sbornik-igr-po-horeografii-5011659.html
2 2	Разучивание перестроений и новых танцевальных элементов в танце.	2			
2 3	Упражнения в парах. Импровизация.	2			https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-sbornik-igr-po-horeografii-5011659.html
2 4	Отработка выученных раннее танцевальных номеров.	2			
2 5	Подготовка к концертам.	2			

2 6	Разучивание движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
2 7	Catch step. Повороты с шагом. Разучивание танцевальных комбинаций.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
2 8	Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bouree turn (повороты вправо и влево).	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
2 9	Упражнения современного танца в партере.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
3 0	Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
3 1	Упражнения современного танца в партере.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
3 2	Изучение танцевальных комбинаций в стиле джаз-модерн.	1			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
3 3	Изучение танцевальных комбинаций в стиле контемпорари.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037

3 4	Повторение ранее изученных комбинаций.	2			
3 5	Итоговое занятие	2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		69	0	0	

8 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила поведения на уроках, о технике безопасности, о форме одежды для занятий. Название мышц, работающих при выполнении упражнений.	2			
2	Развитие мобильности плечевого сустава, растяжка мышц рук.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
3	Классический танец в партере.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf

4	Упражнения для развития брюшного пресса. «Солдатык», планки с различными модификациями. Поднимание туловища из положения лёжа с различными модификациями.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
5	Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
6	Упражнения для развития подъёма и выворотности стоп.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
7	Упражнения для развитие гибкости спины: «лодочка», «корзинка», «кольцо», «берёзка», «мостик» с положения лёжа, «мостик» с положения стоя.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
8	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов.	2			https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2019/10/29/parternyy-ekzsis-kak-osnova-klassicheskogo-tantsa
9	Классический танец в партере.	2			https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2019/10/29/parternyy-ekzsis-kak-osnova-klassicheskogo-tantsa

1 0	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Упражнения для развития силы ног.	2			https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2019/10/29/parternyy-ekzsis-kak-osnova-klassicheskogo-tantsa
1 1	Классический танец.	2			https://krispen.ru/knigi/vaganova_aya_01.pdf
1 2	Подготовительные упражнения к стойке на локтях.	2			https://kanevskaya-maurshi.krd.muzkult.ru/media/2020/08/18/1256361036/Gimnastika_M.N.Zhuravina_M.K.Menshikova_compressed.pdf
1 3	Подготовительные упражнения к стойке на руках.	2			https://kanevskaya-maurshi.krd.muzkult.ru/media/2020/08/18/1256361036/Gimnastika_M.N.Zhuravina_M.K.Menshikova_compressed.pdf
1 4	Идея номера. Разучивание выхода под счёт.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 5	Разучивание движений под счёт и под музыку.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 6	Разучивание перестроений в танце.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 7	Работа в парах. Разучивание движений в парах.	2			https://yakkii.ru/wp-content/uploads/2019/11/Tkachenko-T.-Narodnye-tancy-1975.pdf?ysclid=mhbnhxsiks47216645
1 8	Разучивание движений в партере.	2			
1 9	Техника выполнения поддержки в танце.	2			
2 0	Отработка танца под счёт и под музыку.	2			

2 1	Игротанцы.	2			https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-sbornik-igr-po-horeografii-5011659.html
2 2	Разучивание перестроений и новых танцевальных элементов в танце.	2			
2 3	Упражнения в парах. Импровизация.	2			https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-sbornik-igr-po-horeografii-5011659.html
2 4	Отработка выученных ранее танцевальных номеров.	2			
2 5	Подготовка к концертам.	2			
2 6	Разучивание движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
2 7	Catch step. Повороты с шагом. Разучивание танцевальных комбинаций.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
2 8	Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево).	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
2 9	Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037

30	Упражнения современного танца в партере.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
31	Изучение танцевальных комбинаций в стиле джаз-модерн.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
32	Изучение танцевальных комбинаций в стиле контемпорари.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
33	Повторение ранее изученных комбинаций.	2			
34	Итоговое занятие	2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

9 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила поведения на уроках, о технике безопасности, о форме одежды для занятий. . Название мышц, работающих при выполнении упражнений.	2			
2	Развитие мобильности плечевого сустава, растяжка мышц рук.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XT-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf

3	Классический танец в партере.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
4	Упражнения для развития брюшного пресса. «Солдатык», планки с различными модификациями. Поднимание туловища из положения лёжа с различными модификациями.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
5	Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
6	Упражнения для развития подъёма и выворотности стоп.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
7	Упражнения для развитие гибкости спины: «лодочка», «корзинка», «кольцо», «берёзка», «мостик» с положения лёжа, «мостик» с положения стоя.	2			https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомякова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf
8	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов.	2			https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo/baleta/library/2019/10/29/parternyy-ekzersis-kak-osnova-klassicheskogo-tantsa

20	Отработка танца под счёт и под музыку.	2			
21	Вальсовая дорожка в парах по кругу.	2			https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-sbornik-igr-po-horeografii-5011659.html
22	Разучивание перестроений и новых танцевальных элементов в танце.	2			
23	Упражнения в парах. Импровизация.	2			https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-sbornik-igr-po-horeografii-5011659.html
24	Отработка выученных ранее танцевальных номеров.	2			
25	Подготовка к концертам.	2			
26	Разучивание движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
27	Catch step. Повороты с шагом. Разучивание танцевальных комбинаций.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
28	Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево).	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037
29	Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnynznd8852553037

30	Упражнения современного танца в партере.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnyznd8852553037
31	Изучение танцевальных комбинаций в стиле джаз-модерн.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnyznd8852553037
32	Изучение танцевальных комбинаций в стиле контемпорари.	2			https://ukiik.ru/wp-content/uploads/2020/03/literatura-po-sovremennomu-tanczu.pdf?ysclid=mhbnyznd8852553037
33	Повторение ранее изученных комбинаций.	2			
34	Итоговое занятие	2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

1. Учебно-методическое обеспечение

- a. А. Степанова «Сюжетные танцы» государственное издательство «Искусство» - М.: 2004г.
- b. В. Швец «Танец живота. Я всё могу!» - М.: ОЛМА ПРЕСС Инвест, 2014 г. 3. З.П. Резникова «Встаньте, дети, встаньте в круг...», издательство «Советская Россия», - М.: 2013 г.
- c. З.Я. Роот «Танцевальный калейдоскоп» - М.: «АРКТИ» 2015 г.
- d. К. Силаева «Школа танца для юных» - М.: ЭКСМО Санкт Петербург издательство «Теория» 2013 г.
- e. Л.Смит «Танцы. Начальный курс» - М.: издательство «АСТРЕЛЬ» АСТ 2012 г.
- f. О.В. Иванникова «Классические танцы» Государственное издательство «Искусство» - М.: 2011 г.
- g. Т. Устинова «Современность в танце» издательство «Искусство» - М.: 1998 г.

Для обучающихся:

- а. А. Степанова «Сюжетные танцы для младшего возраста» издательство «Искусство» - М.: 2008г.
- б. В. Швец «Танец живота. Я всё могу!» детская литература - М.: ОЛМА ПРЕСС Инвест, 2012 г.
3. Л.Смит «Танцевальная азбука» - М.: издательство «АСТРЕЛЬ» АСТ 2013 г.