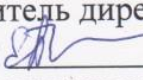


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Муниципальное Общеобразовательное Бюджетное Учреждение
Муниципального района Уфимский район Республики Башкортостан
лицей с. Булгаково

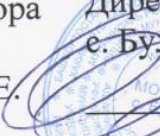
РАССМОТРЕНО

Заместитель директора
по ВР 
Морева Е.В.
протокол №1 от
29.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР 
Полумордвинова Е.Е.
протокол №1 от
29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОБУ лицей
с. Булгаково

Полищук Н.А.
Приказ №379 от
29.08.2025г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Хореография»

на 2025-2026 учебный год

Уровень: основное общее образование

Классы: 5-9

2025 год

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.

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 с указанием форм организации и видов деятельности

В соответствии с ООП ООО в основе программы внеурочной деятельности «Хореография» лежит системно-деятельностный подход, который заключается в вовлечении учащихся в учебную деятельность, формировании компетентности учащегося в рамках программы. Он реализуется не только за счёт подбора содержания образования, но и за счёт определения наиболее оптимальных видов деятельности учащихся: творческие мастерские, участие в конкурсах и фестивалях, тематические игры, концертная деятельность. Основная форма организации внеурочной деятельности «Хореография» - студия. Ориентация программы на системно-деятельностный подход позволяет учесть индивидуальные особенности учащихся, построить индивидуальные образовательные траектории для каждого учащегося. Рабочая программа по хореографии состоит из 5 разделов. Содержание каждого из разделов направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития учащихся и помогают развитию способности логически мыслить. Основу материала для занятий составляют упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера.

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 учащих 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 (14 часов)</i>		
1	Беседа о выдающихся русских артистах балета.	2
2	Элементарные движения классического танца. Позиции рук и ног.	2
3	Ехерсисе у станка.	4
4	Ехерсисе на середине зала.	4
5	Прыжки.	2
<i>Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (18 часов)</i>		
1	Основные положения рук и ног. Реверанс девочек. Поклон мальчиков.	2
2	Pas glisse, pas chasse вперед и назад, pas eleve.	4
3	Полонез. Усложненный рисунок.	4
4	Падепатинер.	4
5	Вальс «Алеман» (вальс втроем).	4
<i>Раздел 3. Основы современной хореографии (16 часов)</i>		
1	Основные положения рук и ног в джазовом танце.	2
2	Проучивание комбинаций для разогрева и растяжки на середине зала.	5
3	Кросс. Продвижение в пространстве. Понятие уровня.	2
4	Основы импровизации. Игры «Зеркало», «Контакт».	2
5	Танцевальный этюд на основе пройденного материала.	5

<i>Раздел 4. Танец (20 часов)</i>		
1	Композиция танца. Рисунки, композиционные переходы, перестроения.	2
2	Основы импровизации в танце.	2
3	Танцевальный этюд на основе бальной хореографии «Вальс».	8
4	Танцевальный этюд на основе современной хореографии.	6
5	Резерв учебного времени.	2
	Итого часов	68

6 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<i>Раздел 1. Основы классического танца (7 часов)</i>		
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
<i>Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (9 часов)</i>		
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.	3
4	Постановка танцевального этюда в стиле hip-hop.	3
5	Резерв учебного времени.	1
	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	Exercice у станка учебный.	3
3	Прыжки с двух ног на две. Pas echappe, changemend de pieds, pas glissade, pas assamble.	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.	3
4	Резерв учебного времени.	1
	Итого часов	34

8 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<i>Раздел 1. Основы классического танца (7 часов)</i>		
1	Просмотр балетного спектакля «Лебединое озеро» П.И. Чайковского.	1
2	Exercice у станка танцевальный.	3
3	Exercice на середине зала танцевальный.	3
<i>Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (10 часов)</i>		
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
<i>Раздел 3. «Основы современной хореографии (9 часов)</i>		
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
<i>Раздел 4. Танец (9 часов)</i>		
1	Композиция танца. Построение комбинаций.	1
2	Сочинение танцевальной комбинации на основе пройденного материала.	3
3	Сочинение танцевального этюда на основе пройденного материала.	3

3	Резерв учебного времени.	1
	Итого часов	34

9 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<i>Раздел 1. Основы классического танца (9 часов)</i>		
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
<i>Раздел 2. Основы историко-бытовых и бальных танцев (10 часов)</i>		
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
<i>Раздел 3. «Основы современной хореографии (8 часов)</i>		
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

<i>Раздел 4. Танец (7 часов)</i>		
1	Постановка танцевального этюда «Венский вальс».	3
2	Постановка танцевального этюда на основе лирического джаза.	3
3	Резерв учебного времени.	1
	Итого часов	34