МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Масловская школа- детский сад» Джанкойского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании ШМО	Зам.директора по ВР	Директор
классных руководителей	_____Молчанова Т.Ю.	_____С. Ханас
протокол №4 от 27.08.2026	27.08.2026	Приказ от 27.08.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «Хореография»

Класс: 5-9 класс

Срок реализации: до принятия новой программы

Программу составила:
Глыбина А.Ю.,
педагог - организатор

с. Маслово, 2026

HONOR 400

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе ФГОС ООО, с учётом требований к организации внеурочной деятельности и специфики кадетских классов (военно-патриотическая направленность, строевая подготовка, формирование дисциплины и коллективизма).

Хореография в кадетском образовании выполняет не только эстетическую, но и **прикладную функцию**: формирование правильной осанки и строевой выправки, развитие координации и чувства ритма (необходимых для строевой подготовки), воспитание умения работать в коллективе, освоение этикета (бальный танец как элемент кадетской культуры), приобщение к народным традициям и отечественному культурному наследию .

Цель: Формирование общей культуры кадета средствами хореографического искусства; развитие физических качеств (осанка, координация, выносливость) и творческих способностей; воспитание дисциплины, коллективизма и уважения к культурному наследию России.

Задачи:

- Освоить основы ритмики, классического экзерсиса, народно-сценического и бального танца.
- Сформировать правильную осанку и строевую выправку.
- Развить музыкальный слух, чувство ритма, координацию движений.
- Воспитать навыки коллективного взаимодействия и сценической культуры.
- Подготовить кадет к участию в школьных, городских и кадетских мероприятиях (смотры, балы, концерты).

Место в учебном плане: 1 час в неделю, 34 часа в год, 170 часов за 5 лет. Форма проведения — практические занятия (тренаж, постановочная работа) с элементами теории (беседы о танцевальной культуре, этикете).

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

5 класс: Основы ритмики и строевой пластики (34 часа)

Раздел 1. Введение. Хореография в жизни кадета (2 ч). Роль танца в формировании выправки и дисциплины. Инструктаж по технике безопасности. Понятие «строевая выправка» и её связь с танцевальной осанкой.

Раздел 2. Ритмика и музыкальная грамота (6 ч). Счёт и такт. Понятия «марш», «вальс», «полька». Передача в движении темпа, динамики, характера музыки. Ритмические упражнения под строевой шаг.

Раздел 3. Основы классического экзерсиса (8 ч). Постановка корпуса, рук, ног. Позиции ног (I, II, III, VI). Demi-plié, battement tendu. Формирование выворотности и натянутости ног. Упражнения у станка.

Раздел 4. Элементы народно-сценического танца (8 ч). Русский танец: простой ход, переменный ход, «ёлочка», «гармошка», притопы. Положение рук в русском танце. Хороводные рисунки (круг, змейка, колонна).

Раздел 5. Строевые упражнения с музыкальным сопровождением (6 ч). Строевой шаг под марш. Перестроения под музыку. Фигурная маршировка. Элементы «Кадетского вальса» (основной шаг, поворот).

Раздел 6. Постановка и концертная практика (4 ч). Разучивание массовой композиции на основе народного танца и строевых элементов. Выступление на школьном мероприятии.

6 класс: Классика и народный танец (34 часа)

Раздел 1. Введение. Культура танца (2 ч). Танцевальный этикет. История русского народного танца.

Раздел 2. Классический экзерсис (8 ч). Battement tendu jeté, rond de jambe par terre, passé. Позы классического танца. Простые прыжки (temps levé sauté, changé de pied).

Раздел 3. Народно-сценический танец (10 ч). Русский танец: «моталочка», «ковырялочка», «верёвочка», дроби. Хлопушки. Разучивание танцевальной комбинации.

Раздел 4. Бальный танец (6 ч). Вальс: позиция в паре, основной шаг, поворот. Полька: подскоки, галоп. Этикет бального танца.

Раздел 5. Строевая пластика и маршировка (4 ч). Сложные перестроения под музыку. Элементы «Кадетского вальса»: вращение в паре, смена партнёров.

Раздел 6. Постановка и концертная практика (4 ч). Композиция на основе русского танца и вальса. Участие в кадетском мероприятии.

7 класс: Народный танец и кадетский бальный этикет (34 ч)

Раздел 1. Введение. Танцевальная культура России (2 ч). Народные традиции и кадетские балы.

Раздел 2. Классический экзерсис (6 ч). Усложнение комбинаций у станка. Adagio (медленные связки). Подготовка к вращениям.

Раздел 3. Народно-сценический танец (10 ч). Усложнённые дроби, вращения, присядки (юноши), дробные комбинации (девушки). Работа в парах. Танец «Кадриль» или «Яблочко» (с учётом кадетской тематики).
Раздел 4. Бальный танец (8 ч). Вальс: усложнённые фигуры. Полонез (элемент кадетских балов). Правила приглашения на танец, поведение в паре.
Раздел 5. Строевые элементы в танцевальной композиции (4 ч). Соединение строевых приёмов с танцевальными движениями. Фигурная маршировка с перестроениями.
Раздел 6. Постановка и концертная практика (4 ч). Подготовка номера к кадетскому балу или смотру.

8 класс: Сценическое мастерство и ансамблевое исполнение (34 ч)
Раздел 1. Введение. Танец как вид искусства (2 ч). Средства выразительности в хореографии.
Раздел 2. Классический экзерсис и разогрев (6 ч). Самостоятельный разогрев. Комбинации на середине зала. Устойчивость и координация.
Раздел 3. Народно-сценический танец (8 ч). Танец в характере (русский, матросский, кавказский — с учётом кадетской многонациональности). Работа над манерой исполнения.
Раздел 4. Бальный танец и кадетский этикет (8 ч). Вальс-бостон или фигурный вальс. Полонез. Бальный этикет: внешний вид, осанка, поведение.
Раздел 5. Актерское мастерство и импровизация (4 ч). Этюды на заданную тему. Выразительность жеста и позы. Сценическое внимание.
Раздел 6. Постановочно-репетиционная работа (6 ч). Создание композиции на кадетскую тематику (например, «Вальс Победы», «Кадетская сюита»). Генеральные репетиции.

9 класс: Итоговая концертная программа и профессиональная ориентация (34 часа)
Раздел 1. Введение. Хореография и будущее (2 ч). Танец в системе военного и гражданского этикета. Возможности продолжения занятий.
Раздел 2. Поддержание формы и техники (6 ч). Индивидуальные комплексы разогрева. Работа над качеством исполнения.
Раздел 3. Репертуар кадетского коллектива (10 ч). Разучивание и отработка 2–3 концертных номеров (народный, бальный, тематический кадетский). Работа над синхронностью и ансамблем.
Раздел 4. Сценическая практика (8 ч). Выступления на мероприятиях: День кадета, кадетский бал, смотры, концерты. Анализ выступлений.
Раздел 5. Итоговая аттестация (4 ч). Открытый урок для родителей и администрации. Класс-концерт. Зачёт по технике исполнения.
Раздел 6. Резерв (4 ч). Подготовка к летней практике / участие в конкурсах.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

- Воспитание патриотизма, уважения к традициям кадетства и культурному наследию России.
- Формирование дисциплины, ответственности, умения работать в коллективе .
- Развитие эстетических потребностей и ценностного отношения к здоровому образу жизни.
- Формирование правильной осанки и строевой выправки как элемента общей культуры кадета.

Метапредметные:

- Умение планировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей.
- Владение навыками самоконтроля и самооценки физического состояния.
- Умение взаимодействовать со сверстниками при решении танцевально-творческих задач .
- Развитие координации, памяти, внимания через освоение танцевальных комбинаций.

Предметные:

- 5–6 классы: Знать основы музыкальной грамоты (такт, ритм, темп). Выполнять базовые упражнения классического экзерсиса. Исполнять простые элементы русского и бального танца. Держать осанку и строевой шаг под музыку.
- 7–8 классы: Исполнять усложнённые комбинации народного и бального танца. Владеть техникой вращений и прыжков. Уметь работать в паре и ансамбле. Знать правила бального этикета.
- 9 класс: Исполнять концертные номера на сценической площадке. Владеть навыками выразительного исполнения и актёрской подачи. Уметь самостоятельно разогреваться и поддерживать форму.

Приложение 1

Тематическое планирование
5 класс

№	Раздел / Тема	Кол-во часов
1	Введение. Хореография и кадетская выправка	2
2	Ритмика и музыкальная грамота	6
3	Основы классического экзерсиса	8
4	Элементы русского народного танца	8
5	Строевые упражнения под музыку	6
6	Постановка и концертная практика	4

6 класс

№	Раздел / Тема	Кол-во часов
1	Введение. Танцевальный этикет	2
2	Классический экзерсис (усложнение)	8
3	Народно-сценический танец (русский)	10
4	Бальный танец: вальс, полька	6

№	Раздел / Тема	Кол-во часов
5	Строевая пластика и кадетский вальс	4
6	Постановка и концертная практика	4

7 класс

№	Раздел / Тема	Кол-во часов
1	Введение. Народные традиции и кадетские балы	2
2	Классический экзерсис и adagio	6
3	Народно-сценический танец (кадриль, «Яблочко»)	10
4	Бальный танец: вальс, полонез	8
5	Строевые элементы в танцевальной композиции	4
6	Постановка и концертная практика	4

8 класс

№	Раздел / Тема	Кол-во часов
1	Введение. Средства выразительности в хореографии	2
2	Классический экзерсис и самостоятельный разогрев	6
3	Народно-сценический танец в характере	8
4	Бальный танец и кадетский этикет	8
5	Актёрское мастерство и импровизация	4
6	Постановочно-репетиционная работа	6

9 класс (34 ч)

№	Раздел / Тема	Кол-во часов
1	Введение. Хореография и будущее	2
2	Поддержание формы и техники	6
3	Репертуар кадетского коллектива	10
4	Сценическая практика и выступления	8

№	Раздел / Тема	Кол-во часов
5	Итоговая аттестация (открытый урок, класс-концерт)	4
6	Повторение	4

Приложение 2

Календарно-тематическое планирование (КТП) по классам

5 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
1	Роль хореографии в кадетском образовании. Инструктаж по ТБ	1	Беседа
2	Строевая выправка и танцевальная осанка	1	Практикум
3	Музыкальный счёт. Такт и размер	1	Ритмика
4	Марш и строевой шаг: связь музыки и движения	1	Практикум
5	Темп и динамика в движении	1	Ритмические упражнения
6	Ритмические комбинации под марш	1	Практикум
7	Вальсовый ритм: счёт на «раз-два-три»	1	Ритмика
8	Обобщение: ритмика в танце и строю	1	Зачётное упражнение
9	Постановка корпуса. Позиции ног (I, II, III, VI)	1	Экзерсис у станка
10	Demi-plié и battement tendu	1	Экзерсис

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
11	Положения рук в классическом танце	1	Экзерсис
12	Упражнения на выворотность и натянутость ног	1	Экзерсис
13	Комбинация у станка (plié + tendu)	1	Отработка
14	Простые прыжки (temps levé sauté)	1	Экзерсис
15	Комбинация на середине зала	1	Практикум
16	Контрольный урок по классическому экзерсису	1	Зачёт
17	Русский танец: простой и переменный ход	1	Практикум
18	«Ёлочка» и «гармошка»	1	Разучивание
19	Притопы и простые дроби	1	Отработка
20	Положения рук в русском танце	1	Практикум
21	Хоровод: круг и змейка	1	Построения
22	Комбинация на основе русского хода	1	Разучивание
23	Работа над синхронностью в хороводе	1	Отработка

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
24	Контрольный урок по народному танцу	1	Зачёт
25	Строевой шаг под музыку. Перестроения	1	Строевая пластика
26	Фигурная маршировка (повороты в движении)	1	Практикум
27	Основной шаг «Кадетского вальса»	1	Разучивание
28	Поворот в паре (элемент вальса)	1	Практикум
29	Соединение строевых элементов с танцевальными	1	Постановка
30	Репетиция массовой композиции	1	Репетиция
31	Репетиция композиции (работа над рисунком)	1	Репетиция
32	Генеральная репетиция	1	Репетиция
33	Выступление на школьном мероприятии	1	Концерт
34	Итоговое занятие. Анализ выступления	1	Рефлексия

КТП, 6 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
1	Танцевальный этикет кадета. Инструктаж	1	Беседа
2	История русского народного танца	1	Беседа, видео
3	Повторение классического экзерсиса	1	Практикум
4	Battement tendu jeté	1	Экзерсис
5	Rond de jambe par terre	1	Экзерсис
6	Passé и подготовка к прыжкам	1	Экзерсис
7	Позы классического танца (croisé, effacé)	1	Практикум
8	Прыжки: changé de pied	1	Экзерсис
9	Комбинация у станка (усложнённая)	1	Отработка
10	Контрольный урок по классике	1	Зачёт
11	Русский танец: «моталочка»	1	Разучивание
12	«Ковырялочка»	1	Разучивание
13	«Верёвочка»	1	Разучивание

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
14	Дроби: простые и двойные	1	Отработка
15	Хлопушки в русском танце	1	Практикум
16	Соединение элементов в комбинацию	1	Постановка
17	Работа над характером исполнения	1	Отработка
18	Комбинация народного танца (отработка)	1	Репетиция
19	Контрольный урок по народному танцу	1	Зачёт
20	Вальс: позиция в паре, основной шаг	1	Практикум
21	Вальс: поворот в паре	1	Отработка
22	Полька: подскоки и галоп	1	Разучивание
23	Бальный этикет: приглашение и поведение	1	Беседа, практика
24	Комбинация «Вальс + полька»	1	Репетиция
25	«Кадетский вальс»: усложнённые фигуры	1	Разучивание
26	Строевые перестроения под музыку	1	Практикум

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
27	Соединение строевых элементов с вальсом	1	Постановка
28	Репетиция композиции «Кадетский вальс»	1	Репетиция
29	Репетиция (работа над синхронностью)	1	Репетиция
30	Генеральная репетиция	1	Репетиция
31	Выступление на кадетском мероприятии	1	Концерт
32	Анализ выступления. Работа над ошибками	1	Рефлексия
33	Повторение репертуара	1	Практикум
34	Итоговое занятие. Задание на лето	1	Беседа

КТП, 7 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
1	Народные традиции и кадетские балы. Инструктаж	1	Беседа

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
2	Танцевальная культура России XIX в.	1	Беседа, видео
3	Классический экзерсис: повторение	1	Практикум
4	Adagio: медленные связки на середине	1	Практикум
5	Подготовка к вращениям (tour)	1	Экзерсис
6	Комбинация у станка (усложнённая)	1	Отработка
7	Прыжки: pas échappé, assemblé	1	Экзерсис
8	Контрольный урок по классике	1	Зачёт
9	Кадриль: основные фигуры	1	Разучивание
10	Кадриль: работа в парах и четвёрках	1	Практикум
11	«Яблочко»: основные движения	1	Разучивание
12	«Яблочко»: работа над характером	1	Отработка
13	Дроби (девушки): усложнённые комбинации	1	Практикум
14	Присядки (юноши): подготовительные упражнения	1	Практикум

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
15	Соединение элементов в танец	1	Постановка
16	Отработка народного номера	1	Репетиция
17	Контрольный урок по народному танцу	1	Зачёт
18	Вальс: усложнённые фигуры (променад)	1	Практикум
19	Полонез: основной шаг и перестроения	1	Разучивание
20	Полонез: церемониальная функция на балу	1	Практикум
21	Бальный этикет: поведение на кадетском балу	1	Беседа, практика
22	Композиция «Полонез + вальс»	1	Репетиция
23	Строевые приёмы в танцевальной композиции	1	Постановка
24	Фигурная маршировка с перестроениями	1	Практикум
25	Соединение строевых и танцевальных элементов	1	Репетиция
26	Постановка номера к кадетскому балу	1	Постановка
27	Репетиция номера (техника)	1	Репетиция

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
28	Репетиция номера (синхронность)	1	Репетиция
29	Генеральная репетиция	1	Репетиция
30	Выступление на кадетском балу / смотре	1	Концерт
31	Анализ выступления	1	Рефлексия
32	Повторение репертуара	1	Практикум
33	Подготовка к итоговому занятию	1	Репетиция
34	Итоговое занятие	1	Зачёт

КТП, 8 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
1	Средства выразительности в хореографии. Инструктаж	1	Беседа
2	Сценическое внимание и ансамбль	1	Тренинг
3	Самостоятельный разогрев: комплекс упражнений	1	Практикум

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
4	Классический экзерсис на середине зала	1	Практикум
5	Устойчивость и координация в комбинациях	1	Отработка
6	Комбинация с элементами adagio	1	Практикум
7	Прыжки и вращения (закрепление)	1	Экзерсис
8	Контрольный урок по технике	1	Зачёт
9	Народный танец в характере: русский	1	Практикум
10	Народный танец в характере: матросский	1	Разучивание
11	Народный танец в характере: кавказский	1	Разучивание
12	Работа над манерой исполнения	1	Отработка
13	Соединение характеров в сюите	1	Постановка
14	Отработка народной сюиты	1	Репетиция
15	Контрольный урок по народному танцу	1	Зачёт
16	Вальс-бостон: основные движения	1	Разучивание

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
17	Вальс-бостон: работа в паре	1	Практикум
18	Фигурный вальс: усложнённые фигуры	1	Разучивание
19	Полонез: повторение и усложнение	1	Практикум
20	Бальный этикет: внешний вид и осанка	1	Беседа, практика
21	Композиция «Кадетский бальный этикет»	1	Постановка
22	Отработка бальной композиции	1	Репетиция
23	Актёрское мастерство: этюды на заданную тему	1	Тренинг
24	Выразительность жеста и позы	1	Практикум
25	Импровизация под музыку	1	Творческое задание
26	Создание образа в танцевальной композиции	1	Постановка
27	Постановка тематического номера («Вальс Победы»)	1	Постановка
28	Репетиция номера (техника и образ)	1	Репетиция
29	Репетиция (синхронность и рисунок)	1	Репетиция

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
30	Генеральная репетиция	1	Репетиция
31	Выступление на мероприятии	1	Концерт
32	Анализ выступления	1	Рефлексия
33	Повторение репертуара	1	Практикум
34	Итоговое занятие	1	Зачёт

КТП, 9 класс (34 ч)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
1	Хореография и будущее: этикет и культура. Инструктаж	1	Беседа
2	Планирование концертной деятельности на год	1	Беседа
3	Индивидуальный разогрев: комплекс	1	Практикум
4	Поддержание классической формы	1	Экзерсис
5	Работа над качеством исполнения (станок)	1	Отработка

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
6	Работа над качеством исполнения (середина)	1	Отработка
7	Устойчивость и вращения	1	Практикум
8	Контрольный урок по технике	1	Зачёт
9	Репертуар: народный номер (повторение)	1	Репетиция
10	Репертуар: бальный номер (повторение)	1	Репетиция
11	Репертуар: тематический кадетский номер	1	Репетиция
12	Работа над ансамблем в номерах	1	Отработка
13	Работа над синхронностью	1	Отработка
14	Совершенствование рисунка танца	1	Репетиция
15	Репетиция народного номера	1	Репетиция
16	Репетиция бального номера	1	Репетиция
17	Репетиция тематического номера	1	Репетиция
18	Прогон всей программы	1	Репетиция

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
19	Подготовка к выступлению (День кадета)	1	Репетиция
20	Выступление на Дне кадета	1	Концерт
21	Анализ выступления. Коррекция	1	Рефлексия
22	Подготовка к кадетскому балу	1	Репетиция
23	Репетиция бальной программы	1	Репетиция
24	Выступление на кадетском балу	1	Концерт
25	Анализ выступления. Работа над ошибками	1	Рефлексия
26	Подготовка к итоговому класс-концерту	1	Репетиция
27	Репетиция итоговой программы	1	Репетиция
28	Репетиция (техника и образ)	1	Репетиция
29	Генеральная репетиция	1	Репетиция
30	Открытый урок для родителей и администрации	1	Концерт
31	Класс-концерт (итоговая аттестация)	1	Зачёт

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид деятельности
32	Самоанализ и рефлексия	1	Беседа
33	Резерв: подготовка к конкурсу / фестивалю	1	Репетиция
34	Итоговое занятие. Перспективы	1	Беседа