МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет по образованию Санкт- Петербурга

Администрация Калининского района Санкт - Петербурга
ГБОУ Гимназия № 63

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
МС ГБОУ Гимназии №63	Педагогический совет	Директор
Председатель	ГБОУ Гимназии №63	ГБОУ Гимназии №63
_____/В.С. Сладкова /		Калининского района
Протокол м/с №8	Протокол № 14	Туманова Ольга Геннадьевна Подписано цифровой подписью: Туманова Ольга Геннадьевна Дата: 2026.09.07 12:43:40 +03'00' О.Г. Туманова
от «11» июня 2026 г.	от «31» августа 2026г.	Приказ №153
		от «31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 7586476)

"В ритме танца",

для обучающихся 9 классов

Санкт-Петербург, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Танцевальные ритмы"

Рабочая программа «Танцевальные ритмы» представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности для работы с учащимися 9-х классов по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению развития личности. Данная программа реализуется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ДОТ) и может быть реализована с использованием исключительно этих технологий. Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г. № 24480)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74228
- Плана внеурочной деятельности ГБОУ Гимназии №63 Калининского района Санкт-Петербурга на 2026-2027 учебный год.
- Программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа в год.

Данная программа составлена с учетом требований Рабочей программы воспитания ГБОУ Гимназии №63 и ее реализация в процессе организации учебной деятельности обеспечивает:

- установление взаимоотношений субъектов деятельности на уроке как отношений субъектов единой совместной деятельности, обеспечиваемой общими активными интеллектуальными усилиями;
- организацию на уроках активной деятельности учащихся, в том числе поисково-исследовательской, на разных уровнях познавательной самостоятельности (в этом и заключается важнейшее условие реализации воспитательного потенциала современного урока - активная познавательная деятельность детей);
- использование воспитательных возможностей предметного содержания через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.

Реализация программы способствует формированию оптимального двигательного режима и развитию физических качеств, способствует самовыражению личности и поэтому является **актуальной.**

Обучение учащихся самостоятельному показу этюдов на основе знакомых движений и собственной фантазии является **отличительной особенностью** данной программы.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Танцевальные ритмы"

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что она способствует развитию танцевальных и спортивных навыков, необходимых для дальнейших занятий хореографией.

Цель программы - создание условий для формирования гармоничной и здоровой личности. Развитие индивидуальных творческих способностей.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Танцевальные ритмы"

Формы проведения: групповая

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Танцевальные ритмы"

9 КЛАСС

Тема №1. «Музыкально-ритмические и пространственные композиции на основе кардиоаэробики»

Практика: демонстрация сложных движений на различный темп и ритм. Музыкальные упражнения на динамику, с определением характера музыкального произведения. Музыкальные игры на строение музыкальной фразы. Участие в игровых музыкальных соревнованиях.

Тема №2. «Знакомство и освоение элементов современного танца.»

Практика: Показ основных элементов танцев в стиле «хип-хоп» (соскоки ,повороты,волна и т.д.)

Участие в концертах и линейках.

Тема №3. «Знакомство и освоение элементов бальных танцев»

Практика: Показ и разучивание основных движений танцев «ча-ча-ча», «самба»,»вальс», «сальса»(основные шаги и постановка корпуса). Участие концертах и линейках.

Тема №4. «Постановочная работа».

Теория: Объяснение идеи танца.

Практика: Постановка и репетиция номера, а именно: разводка рисунка и отработка техники и исполнительского мастерства номера. Участие в фестивалях и конкурсах.

Тема №5. «Активизация и развитие творческих способностей».

Теория: Лекция и дискуссия об актёрском мастерстве.

Практика: Импровизации учащихся под определённую музыку.

Тема №6. «Знакомство и освоение элементов эстрадного танца».

Практика: Показ основных движений эстрадных танцев («диско», «рок-н-ролл»). Освоение основных шагов и постановка корпуса.

Тема №7. «Упражнения, исполняемые стоя на середине».

Практика: Выполнение упражнений: на полупальцах, приседаний, для равновесия и координации, а также упражнения, способствующие укреплению мышц корпуса, рук и головы.

Тема №8. «Партерная гимнастика с элементами современного фитнеса».

Практика: Выполнения упражнений системы Пилатеса ,бодифлекса и калланетики, направленных на растяжение и укрепление мышц всего тела.

Тема №9. «Импровизация на различный музыкальный темп и ритм музыкального произведения.»

Практика: Самостоятельное выполнение учащимися импровизационных композиций

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- освоение техники безопасности на занятиях танцами
- умение импровизировать и самостоятельно составлять простые танцевальные композиции
- формирование доброжелательного отношения к участникам коллектив
- вероятность определения в выборе будущей профессии
- владение культурой речи и культурного общения.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- освоение навыков общения для решения различных задач
- владение культурой общения со сверстниками и взрослыми.
- освоение навыков общения, коллективной деятельности, самоорганизации детского коллектива для решения различных задач
- владение культурой общения со сверстниками и взрослым

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

9 КЛАСС

-умение двигаться в соответствии с характером музыки.

-умение держать спину, голову, координировать движения руг и ног.

-способность ориентироваться в зале.

- умение исполнять элементы танцевальных движений и классического экзерсиса как стоя, так и на полу.

-знание основ хореографической терминологии.,

-знание различных видов шагов, прыжков

-знание основных позиций рук и ног

9 КЛАСС

№ п/п	**Наименование разделов и тем программы**	**Количество часов**	**Основное содержание**	**Основные виды деятельности**	**Электронные ЦОР**
Раздел 1. **Кардиоаэробика **					
1.1	Композиции на основе кардиоаэробики	3	Композиции для кардио-аэробики должны соответствовать определённому темпу и ритму, чтобы подчеркнуть аэробные элементы, такие как прыжки, подскоки и	демонстрация	

			шаги, которые составляют основу движения.		
Итого		3			
Раздел 2. Постановочная работа					
2.1	Постановочная и репетиционная работа	11	разработка хореографических композиций, создание танцевальных образов и их воплощение на сцене, а также организация и проведение репетиций	постановка танцевальных номеров	
Итого		11			
Раздел 3. Современный танец					
3.1	Освоение элементов современного танца	3	Развитие тела и координации, Импровизация, Работа с пространством и энергией	демонстрация вариаций; отработка	
Итого		3			
Раздел 4. Бальные танцы					
4.1	Освоение элементов бальных танцев	2	Движение тела, использование пространства, время и энергия, а также музыкальность и взаимодействие с партнером, которые определяют технику, выразительность и композицию танца	демонстрация техники исполнения	
Итого		2			
Раздел 5. Творчество					
5.1	Музыкально - ритмические композиции	15	Передача характера музыки и образов в движениях	демонстрация вариаций	
Итого		15			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			34		

9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		Всего	Практические работы
1	Композиции на основе кардиоаэробики	1	1
2	Композиции на основе кардиоаэробики	1	1
3	Композиции на основе кардиоаэробики	1	1
4	Постановочная и репетиционная работа	1	1
5	Постановочная и репетиционная работа	1	1
6	Освоение элементов современного танца	1	1
7	Освоение элементов современного танца	1	1
8	Освоение элементов современного танца	1	1
9	Постановочная работа	1	1
10	Постановочная работа	1	1
11	Постановочная работа	1	1
12	Импровизация на разный ритм	1	1
13	Импровизация на разный ритм	1	1
14	Активизация творческих способностей	1	1
15	Активизация творческих способностей	1	1
16	Освоение элементов бального танца	1	1
17	Освоение элементов бального танца	1	1
18	Постановочная и репетиционная работа	1	1
19	Постановочная и репетиционная работа	1	1
20	Освоение элементов эстрадного танца	1	1
21	Освоение элементов эстрадного танца	1	1
22	Освоение элементов эстрадного танца	1	1
23	Постановочная и репетиционная работа	1	1
24	Постановочная и репетиционная работа	1	1
25	Упражнения на баланс на середине	1	1
26	Упражнения на баланс на середине	1	1
27	Партерная гимнастика	1	1
28	Партерная гимнастика	1	1
29	Партерная гимнастика	1	1
30	Партерная гимнастика	1	1
31	Развитие творческих способностей	1	1
32	Развитие творческих способностей	1	1
33	Музыкально-ритмические композиции	1	1
34	Музыкально-ритмические композиции	1	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	34