

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Оренбургской области**  
**Автономная некоммерческая организация общеобразовательная организация**  
**«Средняя общеобразовательная школа «Рекорд» г. Орска**  
**Оренбургской области»**

**РАССМОТРЕНО**

На педагогическом совете  
Протокол №1  
от 29.08.2025г.

**СОГЛАСОВАНО**

На заседании методического  
объединении учителей  
музыки, ИЗО, труда(технологии)  
протокол №1 от 28.08.2025г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор

Измайлова В.И.

Приказ № от 29.08.2025



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «Танец»**

для обучающихся 10 – 11 классов

**Орск-2025 г.**

## **Пояснительная записка**

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени. Воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающих самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющих выразить свой замысел в творческой деятельности.

В хореографии сливаются воедино эстетическое, двигательное и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом. Хореография способствует развитию у детей художественного, музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического, гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Учитывая требования современного образования, создана образовательная программа «Танцы».

Программа предназначена для работы с детьми старшего школьного возраста. Обучение по данной программе представляет собой восхождение по некой воображаемой танцевальной лестнице, каждая последующая ступенька которой готовит детей к восприятию и изучению более сложных движений и видов танца.

Отличительная черта данной программы от уже существующих – это новизна методов и приемов обучения.

**Цель курса:** воспитание нравственно-эстетических чувств, развитие познавательного интереса и любви к прекрасному, раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства, трудолюбия учащихся.

### **Основные задачи курса:**

- познакомить с разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;
- овладеть знаниями, умениями, навыками танцевального искусства;
- развивать музыкальные способности детей;
- распознать в ребенке потенциальные возможности и помочь ему в их развитии;
- развивать творческие, индивидуальные способности духовного мира ребенка;
- воспитать культурно-образованную личность.

Занятия проходят во внеурочное время **один раз в неделю – всего 68 занятий (34 в 10 классе, 34 – в 11).**

**Сроки реализации программы:** данная рабочая программа рассчитана на два учебных года.

**Формы и режимы занятий:** занятия проводятся в индивидуальной и групповой форме. Основными формами занятий является теоретическая и практическая работа.

**Форма организации курса внеурочной деятельности - студия хореографии.**

**Методы обучения и воспитания:**

1. Метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды. 2. Метод расклада, обуславливающийся следующими задачами:
  - проработка и закрепление пройденного программного материала;
  - раскрытие индивидуальности ребенка через творческое самовыражение;
  - воспитание художественного вкуса;
  - создание хореографических композиций;
  - воспитание целеустремленности, дображелательности, уважения, коммуникативных навыков внутри коллектива;
  - развитие техничности.
3. Метод повторения.
4. Метод коллективного творчества.
5. Метод объяснения.
6. Метод заучивания, обуславливающийся следующими задачами:
  - развитие образного мышления, художественной выразительности;
  - освоение нового программного материала, закрепление пройденного материала;
  - расширение уровня образованности в области танцевального искусства;
  - творческое самовыражение и реализация способностей на практике;
  - творческий контакт с руководителем;
  - наглядный показ;
  - словесное пояснение.
7. Метод «одного па».
8. Метод «одного урока».
9. Сочинение небольших композиций из пройденных па.
10. Метод многократного повторения всевозможных движений.

**Виды деятельности обучающихся:** восприятие, оценка, практическая музыкально-танцевальная деятельность (тренинговый уровень), практическая музыкально-танцевальная деятельность (творческий уровень), творческая деятельность (исполнение).

Программа предусматривает работу в группах, индивидуальную работу.

**Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся:** Обучение на курсе внеурочной деятельности предполагает безотметочную систему. Основными формами контроля на занятии хореографией являются

устная выборочная проверка и фронтальный опрос. При индивидуальном опросе педагог имеет возможность проверить усвоение отдельными учащимися теоретического материала. Фронтальный опрос о правилах исполнения хореографических движений, а также характеристики содержания и выразительных средств музыки позволяет в ограниченное время осуществить проверку знаний большинства обучающихся.

### *Содержание курса внеурочной деятельности «Танцы»*

#### **10 класс**

##### **Вводное занятие.**

Теория. Правила поведения. Форма одежды. Техника безопасности на занятиях по хореографии.

Практика. Прослушивание детей на чувство ритма и просмотр способностей учащихся.

##### **1. Ритмическое воспитание.**

Теория. Мелодия и движения. Чувство ритма. Темп. Метр. Музыкальный размер. Контрастная музыка. Динамические оттенки в музыке и движении. Соотношение пространственных настроений с музыкой. Перестроения. Выделение доли. Художественные образы музыки

##### **2. Вспомогательные физические упражнения.** Теория. Общеразвивающие упражнения.

Специальные упражнения корригирующего характера. Упражнения с предметами.

##### **2. Элементы классического танца.**

Теория. Специфика танцевального шага и бега. Выработка осанки, выворотности, эластичности и крепости голеностопного сустава, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

Практика. Упражнения у станка. Упражнения на середине, прыжки, вращения. Экзерсис у станка и на середине зала.

##### **3. Элементы народного танца.**

Теория. Сюжеты, темы и особенности народных танцев.

Практика. Русский, белорусский, украинский, цыганский, испанский, еврейский, греческий, восточный танец. Особенности народных движений. Характерные положения рук, ног, шаги, передвижения.

##### **4. Танцевальная импровизация.**

Музыкальные игры. Игры с элементами танца. Разводка этюдов по пройденному материалу.

##### **5. Современные бальные танцы.**

История развития бальных танцев.

Вальс. Основы латино - американских танцев: «Самба», «Румба».

##### **6. Современные спортивные танцы.**

Представление о современной ритмике, свойственной музыкально- танцевальным стилям.

Комплексная разминка для рук, ног, корпуса и головы. Разучивание танцев на основе спортивных элементов. Диско, техно, реп, би-бон, брейк, хип-хоп.

### **7. Современная пластика.**

Основные выразительные средства современной хореографии. Развитие и укрепление физических способностей. Выработка красоты пластики, ловкости и силы мышц.

Упражнения у опоры на растягивание и закрепление мышц стопы, голени, спины и пресса.

Прыжки через препятствия и со скакалками. Совершенствование выполнения акробатических элементов.

Прыжковые трюки.

### **8. Постановочно-репетиционная работа.**

Постановка сюжетно-ролевых танцев, танцевальных композиций разных стилей и направлений.

### **9. Воспитательная работа.**

Беседы. Посещение выступлений городских хореографических творческих объединений.

Проведение праздничных чаепитий.

### **10. Работа с родителями.**

Выступления перед родителями на мероприятиях

### **11. Контрольные занятия.**

Участие в концертной деятельности городского и локального уровня. Проведение открытых занятий.

## **11 класс**

### **Вводное занятие.**

Теория. Правила поведения. Форма одежды. Техника безопасности на занятиях по хореографии.

Практика. Прослушивание детей на чувство ритма и просмотр способностей учащихся.

### **1. Ритмическое воспитание.**

Теория. Мелодия и движения. Чувство ритма. Темп. Метр. Музыкальный размер. Контрастная музыка. Динамические оттенки в музыке и движении. Соотношение пространственных настроений с музыкой. Перестроения. Выделение доли. Художественные образы музыки

### **2. Вспомогательные физические упражнения.** Теория. Общеразвивающие упражнения.

Специальные упражнения корригирующего характера. Упражнения с предметами.

### **2. Элементы классического танца.**

Теория. Специфика танцевального шага и бега. Выработка осанки, выворотности, эластичности и крепости голеностопного сустава, коленного и тазобедренного суставов.

Позиции и положения ног и рук.

Практика. Упражнения у станка. Упражнения на середине, прыжки, вращения. Экзерсис у станка и на середине зала.

### **3. Элементы народного танца.**

Теория. Сюжеты, темы и особенности народных танцев.

Практика. Русский, белорусский, украинский, цыганский, испанский, еврейский, греческий, восточный танец. Особенности народных движений. Характерные положения рук, ног, шаги, передвижения.

#### **4. Танцевальная импровизация.**

Музыкальные игры. Игры с элементами танца. Разводка этюдов по пройденному материалу.

#### **5. Современные балльные танцы.**

История развития балльных танцев.

Вальс. Основы латино - американских танцев: «Ча-ча-ча»

#### **6. Джаз- модерн.**

Положения рук, ног, корпуса, шаги, прыжки.

Разучивание "Кросс-марафон" используя лексику движений и комбинаций современного танца Джаз-модерн.

#### **7. Современные спортивные танцы.**

Представление о современной ритмике, свойственной музыкально- танцевальным стилям.

Комплексная разминка для рук, ног, корпуса и головы. Разучивание танцев на основе спортивных элементов. Диско, техно, реп, би-бон, брейк, хип-хоп.

#### **8. Современная пластика.**

Основные выразительные средства современной хореографии. Развитие и укрепление физических способностей. Выработка красоты пластики, ловкости и силы мышц.

Упражнения у опоры на растягивание и закрепление мышц стопы, голени, спины и пресса.

Прыжки через препятствия и со скакалками. Совершенствование выполнения акробатических элементов.

Прыжковые трюки.

#### **9. Постановочно-репетиционная работа.**

Постановка сюжетно-ролевых танцев, танцевальных композиций разных стилей и направлений.

#### **10. Воспитательная работа.**

Беседы. Посещение выступлений городских хореографических творческих объединений.

Проведение праздничных чаепитий.

#### **11. Работа с родителями.**

Выступления перед родителями на мероприятиях

#### **12. Контрольные занятия.**

Участие в концертной деятельности городского и локального уровня. Проведение открытых занятий.

***Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности***

## **«Танцы»**

### *Личностные результаты*

Совершенствование физической подготовки. Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторимый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

### *Метапредметные результаты*

#### • регулятивные

- ✓ проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- ✓ умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- ✓ воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

#### • познавательные

- ✓ умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- ✓ рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- ✓ соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- ✓ самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ✓ передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- ✓ задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

#### • коммуникативные

- ✓ учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- ✓ допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- ✓ учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- ✓ участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.

*Предметные:* Уметь правильно выполнять движения.

## Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Танец»

### 10 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	1		<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
2	Разминка.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
3	Общеразвивающие упражнения.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
4	Общеразвивающие упражнения.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
5	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
6	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
7	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>

					<a href="http://www.horeograf.com">oty s detmi metodicheskoe posobie quot %20 ot ritmiki k tancu quot/</a>
8	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
9	Танец «Вальс». Отработка композиции.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
10	Разминка.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
11	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
12	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
14	Танец «Самба». Построение композиции.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
15	Танец «Самба». Построение композиции.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>

16	Танец «Румба». Построение композиции.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
17	Танец «Румба». Построение композиции.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
18	Общеразвивающие упражнения.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
19	Разминка.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
20	Упражнения на развитие координации.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
21	Танец «Хип-хоп». Разучивание движений.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
22	Танец «Хип-хоп». Разучивание движений.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
23	Танец «Хип-хоп». Разучивание движений.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>

24	Танец «Хип-хоп». Разучивание движений.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
21	Танец «Хип-хоп». Разучивание движений.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
26	Отработка танца на сценической площадке.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
27	Упражнения на улучшение гибкости.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
28	Упражнения на улучшение гибкости.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
29	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
30	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
31	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>

32	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
33	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
34	Индивидуальное творчество.	1		1	

## 11 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	1		<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
2	Разминка.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
3	Общеразвивающие упражнения.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
4	Общеразвивающие упражнения.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot</a>

					<a href="#">%20 ot ritmiki k tancu quot/</a>
5	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
6	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
7	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20 ot ritmiki k tancu quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20 ot ritmiki k tancu quot/</a>
8	Танец «Вальс». Разучивание основных движений.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
9	Танец «Вальс». Отработка композиции.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
10	Разминка.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20 ot ritmiki k tancu quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20 ot ritmiki k tancu quot/</a>
11	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
12	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>

13	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
14	Танец «Ча-ча-ча». Построение композиции.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
15	Танец «Ча-ча-ча». Построение композиции.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
16	Танец «Ча-ча-ча». Построение композиции.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
17	Танец «Ча-ча-ча». Построение композиции.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
18	Общеразвивающие упражнения.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
19	Разминка.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
20	Упражнения на развитие координации.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot</a>

					<a href="#">%20 ot ritmiki k tancu quot/</a>
21	Танец «Джаз-модерн». Разучивание движений.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
22	Танец «Джаз-модерн». Разучивание движений.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
23	Танец «Джаз-модерн». Разучивание движений.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
24	Танец «Джаз-модерн». Разучивание движений.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
21	Танец «Джаз-модерн». Разучивание движений.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
26	Отработка танца на сценической площадке.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
27	Упражнения на улучшение гибкости.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20_ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>

28	Упражнения на улучшение гибкости.	1		1	<a href="http://www.horeograf.com">http://www.horeograf.com</a>
29	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="http://www.classicalballetmusic.com">http://www.classicalballetmusic.com</a>
30	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
31	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
32	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
33	Отработка всех изученных композиций.	1		1	<a href="https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/">https://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot%20ot_ritmiki_k_tancu_quot/</a>
34	Индивидуальное творчество.	1		1	

# ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

## ИНТЕРНЕТ

1. [http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika\\_raboty\\_s\\_detmi\\_metodicheskoe\\_posobie\\_quot/](http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot/)- о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
2. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com).  
Сайт посвящен хореографам и танцорам.
3. <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>.  
Методические и дидактические разработки по хореографии.
4. <http://horeograf.ucoz.ru/blog>.  
Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
5. [http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie\\_tancory\\_khoreografy\\_i\\_baletmejstery\\_komplekt\\_plakatov/](http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/)  
Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры
6. <http://www.gallery.balletmusic.ru>  
- Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея
7. <http://www.balletmusic.ru>  
-Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка
8. <http://www.horeograf.com>(все для хореографии и танцоров);
9. <http://sov-dance.ru/> - Национальная Академия Современной хореографии
10. <http://www.ballet.classical.ru/>- Маленькая балетная энциклопедия
11. <https://baletnik.nethouse.ru/>/(Сборники А. Стрельниковой)
12. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatelnyatematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 527227426247742686294735902159890388589213147382

Владелец Измайлова Валентина Ивановна

Действителен с 19.09.2025 по 19.09.2026