

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования и науки Алтайского края  
Комитет по образованию города Барнаула  
МБОУ «СОШ №98»

РАССМОТРЕНО  
МО начальных классов  
  
Спиридонова И.В.  
Протокол № 4  
от 22.08.2024

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим  
советом МБОУ  
«СОШ №98»  
Протокол №12  
от 22.08.2024



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по внеурочной деятельности в начальных классах курса  
**«Хореография»**  
срок реализации данной программы 1 год  
составлена на основе авторской программы Л.Н.Михеевой «Хореография»

Составитель: педагог дополнительного образования  
Филатова Елена Юрьевна

Барнаул 2024

## Пояснительная записка

Данная программа составлена на основе:

- Основной общеобразовательной программы начального общего образования ФГОС МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Учебного плана внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Годового календарного графика МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов МБОУ «СОШ №98» г.Барнаула;
- Авторской программы Л.Н.Михеевой «Хореография», М., Просвещение, 2014. («Примерные программы внеурочной деятельности» под редакцией В.А. Горского, Москва, «Просвещение», 2014 г.)

### Используемый УМК

Авторская программа Л.Н.Михеевой «Хореография», М., Просвещение, 2014. («Примерные программы внеурочной деятельности» под редакцией В.А. Горского, Москва, «Просвещение», 2014 г.)

**Целью** данного учебного курса является развитие мотивации личности ребенка к творчеству, физическому и психологическому совершенствованию средствами хореографии.

**Задача курса** – развить коммуникативную культуру школьников, расширить и обогатить их жизненный опыт в новом контексте общения, сформировать интерес к русской культуре средствами хореографии.

Программа поможет решить различные **учебные задачи**: освоение детьми основных правил изображения; овладение материалами и инструментами изобразительной деятельности; развитие стремления к общению с искусством; **воспитательные задачи**: формирование эстетического отношения к красоте окружающего мира; развитие умения контактировать со сверстниками в творческой деятельности; формирование чувства радости от результатов индивидуальной и коллективной деятельности; **творческие задачи**: умение осознанно использовать образно-выразительные средства для решения творческой задачи; развитие стремления к творческой самореализации средствами художественной деятельности.

Программа «Хореография» предназначена для работы с детьми начальной школы.

### Место в учебном плане

На изучение курса во 2 и 4 классах отводится 1 час в неделю. Программа курса рассчитана на 34 часа.

### Планируемые результаты:

По ходу занятий обучающиеся посещают музеи, выставки, мастерские художников, концертные залы, театры, обсуждают особенности исполнительского мастерства профессионалов, знакомятся со специальной литературой, раскрывающей секреты творческой работы в области искусства выдающихся художников, композиторов, артистов.

Итог занятий будут подведен в форме отчетного концерта с приглашением родителей детей, друзей педагогов местных учебных заведений художественно-эстетического и театрального профиля.

**Личностные универсальные учебные действия** - сформировать единый, целостный образ мира при разнообразии культур, уважение истории и культуры всех народов, развитие толерантности.

**Познавательные универсальные учебные действия** - дети учатся осознанно выполнять танцевальные движения, выделять акцентом сильную долю, делать несложный ритмический рисунок.

**Регулятивные универсальные учебные действия** – умение осуществлять действие

по образцу и заданному правилу, видеть свою ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

*Коммуникативные универсальные учебные действия* – умение задавать вопросы и отвечать на них, осуществлять взаимный контроль и взаимную помощь.

### **Система оценивания**

Результатом обучения и развития детей по данной программе является выразительность и грамотность исполнения танцевальных композиций, умение контролировать и координировать свои движения, сопереживать и чувствовать музыку.

Итог занятий будет подведен в форме отчетного концерта с приглашением родителей детей, друзей педагогов местных учебных заведений художественно-эстетического и театрального профиля.

### ***Принципы организации образовательного процесса:***

- *Принцип доступности и индивидуальности.*

Этот принцип предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка, и в связи с этим – определение посильных для него занятий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка и степени трудности задания. Доступность не предполагает отсутствие трудностей, а наоборот, возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий ребенка.

Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий. Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим, следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

*Индивидуализация* представляет собой учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого ребенка имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку.

Задача принципа индивидуализации состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки ребенка.

- *Принцип постепенного повышения требований.*

Основные условия этого принципа заключаются в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий; в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок. Повышение требований приводит к положительным результатам, когда связанные с ними нагрузки посильны ребенку, не превышают функциональных возможностей организма (соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям).

Обязательным условием также являются последовательное регулярность, чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям, должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузке

- *Принцип систематичности:*

Этот принцип - один из ведущих. Систематичность заключается в непрерывности и регулярности. При прекращении систематических занятий, их перерыве, наблюдается снижение уже достигнутого уровня возможностей

Занятия хореографией дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

- *Принцип сознательности и активности:*

В процессе обучения чрезвычайно важно опираться на сознательное и активное отношение ребенка к своей деятельности. Самостоятельная активная деятельность ребенка находится в зависимости от возникающего интереса к предлагаемому заданию. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.

- *Принцип повторности материала:*

Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Для эффективности повторения необходима такая система, при которой усвоенное сочетается с новым, т.е. когда процесс повторения имеет характер вариативности. Изменение упражнения, разнообразие методов и приемов их выполнения вызывает у детей внимание, интерес, положительные эмоции.

• Принцип наглядности:

При разучивании новых движений принцип наглядности осуществляется путем безукоризненного практического показа движений педагогом.

Но если при демонстрации нового упражнения главную роль играет зрительный анализатор, то в заключительной стадии эта роль принадлежит двигательному. В процессе совершенствования двигательных навыков усиливается взаимодействие различных органов чувств, сочетающихся в единый "комплексный" анализатор.

**Содержание курса:**

**1. Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях**

Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Периодические издания по хореографии. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов. Информация о хореографических училищах.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

**Практическая работа:** освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

**2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец**

Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотами на  $\frac{1}{4}$  круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ног. Круг ног по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.

Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

**Практическая работа:** освоение поз и движений классического танца.

**3. Основы народного танца**

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дробь на  $\frac{1}{8}$ , гармошка, ёлочка. Работа над этюдами (украинский этюд, белорусский этюд, кавказский этюд). Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.

Понятие о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.

**Практическая работа:** освоение поз и движений народных танцев.

**4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец**

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Итальянский танец. Испанский танец. Прибалтийские танцы. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

**Практическая работа:** освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.

#### **5. Постановка танцев. Отработка номеров**

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

**Практическая работа:** освоение исполнительского мастерства танцора.

#### **6. Отчётный концерт**

Подготовка пригласительных билетов на отчётный концерт. Отработка ритуала встречи гостей. Подготовка помещения для приёма гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка ведущего концерта. Репетиции. Подготовка видео- и фотосъёмки. Разбор итогов отчётного концерта.

Заключительная беседа с обучающимися и их родителями о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремление к освоению профессионального мастерства танцора.

**Тематическое планирование по курсу «Хореография»  
2 класс (34 часа, 1 час в неделю)**

<b>№ урока</b>	<b>Наименование разделов (глав) и тем урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях (1 час)</b>		
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	1
<b>Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец (8 часов)</b>		
2	Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног.	1
3	Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки.	1
4	Танцевальные элементы классического танца.	1
5	Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы.	1
6	Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях.	1
7	Освоение поз и движений классического танца.	1
8	Освоение поз и движений классического танца.	1
9	Освоение поз и движений классического танца.	1
<b>Основы народного танца (6 часов)</b>		
10	Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный.	1
11	Элементы русского танца.	1
12	Работа над этюдами.	1
13	Детские танцы.	1
14	Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.	1
15	Освоение поз и движений народных танцев.	1
<b>Танцевальные этюды. Эстрадный танец (8 часов)</b>		
16	Танцевальные этюды. Эстрадный танец. Танцевальная разминка.	1
17	Техника прыжков и вращений.	1
18	Итальянский танец.	1
19	Испанский танец.	1
20	Прибалтийские танцы.	1
21	Освоение упражнений по исправлению опорно-двигательного аппарата.	1
22	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
23	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
<b>Постановка танцев. Отработка номеров (10 часов)</b>		
24	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце.	1
25	Отработка эстрадно-вокального танца.	1
26	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
27	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
28	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений , исполнительского мастерства в ритме вальса	1
29	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений , исполнительского мастерства в ритме танго	1
30	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений , исполнительского мастерства в ритме ча-ча-ча	1
31	Постановка танцев. Отработка номеров	1
32	Постановка танцев. Отработка номеров	1
33	Постановка танцев. Отработка номеров	1
<b>Отчетный концерт (1 час)</b>		
34	Отчетный концерт	1

**Тематическое планирование по курсу «Хореография»  
4 класс (34 часа, 1 час в неделю)**

<b>№ урока</b>	<b>Наименование разделов (глав) и тем урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях (2 часа)</b>		
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	1
2	Освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук, ног.	1
<b>Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец (7 часов)</b>		
3	Экзерсис. Позиции ног. Упражнения для ног.	1
4	Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки.	1
5	Танцевальные элементы классического танца.	1
6	Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы.	1
7	Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях.	1
8	Прыжки и махи ногами. Каблучное упражнение. Подготовка к веревочке.	1
9	Освоение поз и движений классического танца.	1
<b>Основы народного танца (6 часов)</b>		
10	Ходы русского танца.	1
11	Элементы русского танца.	1
12	Работа над этюдами.	1
13	Детские танцы.	1
14	Режим дня танцора и о здоровом образе жизни.	1
15	Освоение поз и движений народных танцев.	1
<b>Танцевальные этюды. Эстрадный танец (8 часов)</b>		
16	Танцевальная разминка. Танцевальные этюды. Эстрадный танец.	1
17	Техника прыжков и вращений.	1
18	Итальянский танец.	1
19	Испанский танец.	1
20	Прибалтийские танцы.	1
21	Освоение упражнений по исправлению опорно-двигательного аппарата.	1
22	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
23	Освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца.	1
<b>Постановка танцев. Отработка номеров (10 часов)</b>		
24	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце.	1
25	Отработка эстрадно-вокального танца.	1
26	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
27	Тренинг современной танцевальной пластики.	1
28	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса.	1
29	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме танго.	1
30	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме ча-ча-ча.	1
31	Освоение исполнительского мастерства танцора.	1
32	Постановка танцев. Отработка номеров	1
33	Постановка танцев. Отработка номеров	1
<b>Отчетный концерт (1 час)</b>		

34	Отчетный концерт	1
----	------------------	---