

Приложение  
к основной образовательной программе  
начального общего образования ФГОС

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

«Хореография»

1-4 классы

с. Хомутово, 2024

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей

### Метапредметные:

- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

### Предметные:

К концу обучения в **первом классе** ученики должны овладеть следующими навыками и знаниями:

#### 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- отмечать в движении сильную долю такта.

#### 2. Танцевальная азбука:

- знать позиции рук классического танца
- усвоить правила постановки корпуса

#### 3. Танец:

- понимать значения слов музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно
- исполнять танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях (полька, танец маленьких утят, простейший вальс)

К концу обучения во **втором классе** ученики должны овладеть следующими навыками и знаниями:

#### 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш, песня, танец;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами.

#### 2. Танцевальная азбука:

- знать названия изучаемых упражнений

- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, притопы
- знать позиции рук классического танца
- знать позиции ног классического танца

### 3. Танец:

- понимать значения слов музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно и стараться исполнять движения в соответствии этим требованиям
- уметь исполнять элементарные движения польки и вальса
- изучить танцевальный этюд на материале русского танца (Подплясочка)

## **Третий год обучения**

К концу обучения в **третьем классе** ученики должны овладеть следующими навыками и знаниями:

### 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

- иметь навыки актёрской выразительности
- распознавать характер танцевальной музыки
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, современный танец

### 2. Танцевальная азбука:

- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений

### 3. Танец:

- уметь исполнять движения музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно
- уметь исполнять элементарные движения вальса, польки и основные элементы русских танцев
- предлагаемые к обучению танцевальные композиции (Летка-Енька, русский перепляс, для продвинутых классов можно использовать Бульбу)

## **Четвертый год обучения**

К концу обучения в **четвертом классе** ученики должны овладеть следующими навыками и знаниями:

### 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно
- слышать темпы применительно к движениям.

### 2. Танцевальная азбука:

- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход

### 3. Танец:

- уметь исполнять движения музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно

- уметь исполнять основные движения русских танцев, хороводные этюды простейший вальс, польку, детский современный танец
- иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру
- танцевальные композиции на основе латиноамериканских танцев (самба, ча-ча)

К концу обучения ученики должны овладеть следующими навыками и знаниями:

#### 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.
- уметь анализировать музыку разученных танцев
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении

#### 2. Танцевальная азбука:

- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) - дроби простые, синкопированные, ключ, присядки простые, с хлопучкой, на полной приседе и с прыжком
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений

#### 3. Танец:

- понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно
- уметь исполнять: венский вальс, русские танцы: хороводные, плясовые и кадрильные формы; некоторые современные направления танцевального искусства
- иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру
- танцевальные композиции вальс, простейшая самба, русская плясовая, любые направления современной хореографии (в зависимости от уровня подготовки класса)

### Содержание курса

**Общие теоретические понятия** - в течение всего курса обучающиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног,
- позиции рук,
- позиции в паре,
- позиции европейских танцев,
- позиции латиноамериканских танцев,
- линия танца,
- направление движения,
- углы поворотов.

**Музыкально-ритмическая разминка** - последовательная разработка всех основных групп мышц и суставов. Общая продолжительность 6-8 минут. Нагрузка регулируется в зависимости от возраста, степени подготовленности детей и насыщенности урока. Проводится на каждом уроке в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

**Задача** – развитие координации, памяти и внимания, умения “читать” движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

**Танцевальная азбука** - движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики, движения по линии танцев, позиции и положения рук, ног, корпуса и головы:

- на носках, каблуках,

- перекаты стопы,
- высоко поднимая колени,
- выпады,
- ход лицом и спиной,
- бег с подскоками,
- галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног и др.

Перестроения для танцев:

- “линии”,
- “хоровод”,
- “шахматы”,
- “змейка”,
- “круг” и др.

**Задача** – через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

**Танцевальные композиции** - изучаются основные движения и вариации народных, балльных и современных танцев, которые развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. При изучении хореографических композиций улучшается память, внимание, внутренняя организация.

**Ритмические игры** – в целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ритмические игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Например: Игра «Пустое место» (1 год обучения)

Под музыку польки, учащиеся становятся в круг лицом и садятся на пол, скрестив ноги. За кругом стоит водящий. Дети с началом музыки начинают хлопать в ладоши, водящий подскоками обходит круг снаружи. С окончанием музыки водящий касается кого-либо из учащихся.

Водящий и выбранный им ученик становятся спиной друг к другу и по команде 1,2,3 подскоками под музыку обходят круг. Кто 1-й пришел на место – тот выиграл.

Основным шагом может быть шаг польки, или вальсовый шаг.

Любую детскую игру можно применить на уроке, украсив ее танцевальными движениями и музыкальным аккомпанементом.

**Форма занятий:** ритмичные игры, танцевальные этюды, музыкально-ритмические разминки

## Тематическое планирование

### 1 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Вводное занятие	1
2	Учимся маршировать	1
3	Учимся маршировать	1
4	Развитие чувства ритма и музыкальности	1
5	Знакомство с русским танцем	1
6	Русский танец для детей	1
7	Классический танец - основы	1
8	Классический танец для детей	1
9	Классический танец для детей	1
10	Ритмическое движение – основа детского танца	
11	Ритмическое движение – основа детского танца	1
12	Ритмическое движение – основа детского танца	1
13	Партерная гимнастика для детей	1
14	Партерная гимнастика для детей	1
15	Линейные перестроения в зале	1
16	«Круг» и его разновидности	1
17	Партерная гимнастика для детей	1
18	Изучение основных рисунков танца по средствам игры и образного мышления	1
19	Танцевальная комбинация – способы заучивания и логика построения	1
20	Танцевальная комбинация – способы заучивания и логика построения	1
21	Танцевальная комбинация – способы заучивания и логика построения	
22	Танцевальный этюд на материале русского танца – изучение основных движений	1
23	Танцевальный этюд на материале русского танца – изучение основных движений	1
24	Танцевальный этюд на материале русского танца – изучение танцевальных комбинаций	1
25	Танцевальный этюд на материале русского танца – изучение танцевальных комбинаций	1
26	Танцевальный этюд на материале русского танца – построение композиции	1
27	Разновидности танцевальной ходьбы и бега	1
28	Разновидности танцевальной ходьбы и бега	
29	Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки.	

30	Повторение народных танцевальных элементов.	
31	Повторение народных танцевальных. элементов.	
32	Концертное выступление	
33	Концертное выступление	
Итого		33

### Тематическое планирование 2класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Вводное занятие	1
2	Разминка, тренаж (разучивание)	1
3	Повторение пройденного материала	1
4	Тренаж по современной хореографии	1
5	Основы классического танца	1
6	Разогрев (портер)	1
7	Этюд по современной хореографии	1
8	Повторение пройденного материала	1
9	Ритмическое движение – основа детского танца	1
10	Партерная гимнастика для детей	
11	Подражание животным, как способ развития образного мышления ребенка	1
12	Танцевальный этюд - изучение основных движений	1
13	Танцевальный этюд - изучение основных движений	1
14	Подготовка к контрольному уроку	1
15	Итоговое занятие	1
16	Партерная гимнастика для детей	1
17	Танцевальная комбинация – способы заучивания и логика построения	1
18	Танцевальная композиция - изучение основных движений	1
19	Танцевальная - изучение основных движений	1
20	Подготовка к итоговому уроку, закрепление пройденного материала	1
21	Повторение пройденного материала	1
22	Игровая минутка и релаксинг	1
23		
24	Подготовка к контрольному уроку	1
25	Упр. на координацию движений. Игры «Волшебный мешок», «Что изменилось?».	1
26	Движения парами. Упр. на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц	1

27	Ходьба и бег вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в пары	1
28	Инсценирование песни. Игра с созданием музыкально-двигательного образа.	1
29	Подготовка к итоговому уроку, закрепление пройденного материала	1
30	Повторение всего пройденного материала	1
31	Итоговое занятие	1
32	Концертное выступление	1
33	Концертное выступление	1
34	Концертное выступление	1
Итого		34

### Тематическое планирование 3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Вводное занятие	1
2	Разминка, тренаж (разучивание)	1
3	Тренаж по современной хореографии	1
4	Тренаж по современной хореографии	1
5	Основы классического танца	1
6	Основы классического танца	1
7	Движения народного танца	1
8	Движения народного танца	1
9	Этюд по народному танцу	1
10	Этюд по народному танцу	
11	Партерная гимнастика для детей	1
12	Подражание животным, как способ развития образного мышления ребенка	1
13	Хореографическая композиция - изучение основных движений	1
14	Хореографическая композиция - изучение основных движений, выстраивание композиции	1
15	Хореографическая композиция - повторение, заучивание.	1
16	Подготовка к контрольному уроку	1
17	Партерная гимнастика для детей	1
18	Современный танец для детей – изучение танцевальных комбинаций	1
19	Этюд на материале современного танца	1
20	Русский танец для детей – изучение танцевальных комбинаций	1
21	Этюд на материале русского танца	1
22	Повторение пройденного материала	1

23	Игровая минутка и релаксинг	
24	Подготовка к контрольному уроку	1
25	Музыкально-ритмическая разминка. Шаг польки. Сильные поскоки, боковой галоп.	1
26	Музыкально-ритмическая разминка. Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук	1
27	Музыкально-ритмическая разминка. Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук	1
28	Разучивание элементов танца	1
29	Разучивание элементов танца .	1
30	Разучивание элементов танца	1
31	Разучивание элементов танца	1
32	Повторение пройденного материала.	1
33	Концертное выступление	1
34	Концертное выступление	1
Итого		34

#### Тематическое планирование 4 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Вводное занятие.	1
2	Тренаж по современной хореографии	1
3	Постановка «Станичная» - разучивание основных движений	1
4	Классический танец – основы. Танец «Потешки» - отработка основных движений	1
5	Тренаж по современной хореографии. Танец «Станичная» - разучивание основных движений	1
6	Разогрев (портер)	1
7	Классический танец. Экзерсиз на середине (повтор, отработка) Постановочная работа отработка, связки	1
8	Танец. Постановка	1
9	Русский танец для детей – изучение основных движений, характера и манеры исполнения.	1
10	Танцевальный этюд на материале русского танца – изучение основных движений	
11	Танцевальный этюд на материале русского танца – выстраивание композиции	1
12	Танцевальный этюд на материале русского танца – повторение, заучивание, отработка.	1
13	Танцевальный этюд на материале русского танца.	1
14	Подготовка к контрольному уроку	1
15	Русский танец для детей – изучение основных движений, характера и манеры исполнения.	1

16	Танцевальный этюд на материале русского танца – изучение основных движений	1
17	Танцевальный этюд на материале русского танца – выстраивание композиции	1
18	Танцевальный этюд на материале русского танца – повторение, заучивание, отработка.	1
19	Танцевальный этюд на материале русского танца.	1
20	Работа в парах (основные положения рук и корпуса в русском танце)	1
21	Русский танец– изучение основных движений, характера и манеры исполнения	1
22	Русский танец– изучение основных движений, характера и манеры исполнения	1
23	Танцевальный этюд на материале русского танца	
24	Повторение пройденного материала.	1
25	Игровая минутка и релаксинг	1
26	Повторение пройденного материала	1
27	Подготовка к контрольному уроку	1
28	Ходьба с остановкой по сигналу и с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках.	1
29	Ходьба с остановкой по сигналу и с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках.	1
30	Игра с создание музыкально-двигательного образа. Упражнения на расслабление мышц	1
31	Игра с создание музыкально-двигательного образа. Упражнения на расслабление мышц	1
32	Повторение пройденного материала.	1
33	Концертное выступление	1
34	Концертное выступление	1
Итого		34

### ЭОР/ЦОР

К каждому уроку подобраны ЭОР/ЦОР в соответствии с Приказом Министерства России от 2 августа 2022 г. №653 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования», поурочные ссылки расположены в поурочно-тематическом планировании

