

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Марий Эл
Отдел образования и по делам молодежи администрации Сернурского
муниципального района
МОУ «Лажъяльская СОШ»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР



Еруткина Э.А.

Протокол №2 от «29» августа
2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Веткина Л. А.

Приказ №100 от «29» августа
2025 г.



ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Хореография»

для обучающихся начальных классов
на 2025- 2026 учебный год

Составитель:

Курочкина С.Н., учитель

Пояснительная записка

Посредством знакомства обучающихся начальных классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

И если в системе дошкольного воспитания разработаны специальные программы музыкально — ритмической деятельности детей, направленной на воспитание у каждого ребёнка творческого начала, то в большинстве школ такой предмет как хореография отсутствует. Соответственно нет и образовательных программ по хореографии.

Исходя из этого, и была составлена данная программа по предмету хореография.

Данная программа предназначена для занятий в хореографическом кружке для обучающихся, имеющих склонность к танцевальной деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Хореография» для начальных классов предназначена для преподавания основ хореографического искусства для начальных классов.

Цель программы: развитие творческой личности ребёнка средствами танцевального искусства.

Задачи:

- формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;
- обучение детей приёмам актёрского мастерства;
- способствование становлению чувства ритма, темпа, исполнительских навыков в танце;
- развитие силы, выносливости, гибкости, координации движений;
- укрепление здоровья;
- формирование потребности радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

Содержание программы включает несколько разделов:

«Ритмика». Включает ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

«Танцевальная азбука». Включает изучение основных позиций и движений классического, народного и бального танца. Эти упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, воспитывают осанку, помогают усвоить основные правила хореографии.

«Партерная гимнастика». Даёт возможность сохранить и улучшить здоровье ребёнка, устранить и предупредить физические недостатки.

«Творческая деятельность». Включает в себя проведение музыкально-танцевальных игр, а также самостоятельную работу учащихся.

Сроки реализации.

Срок обучения хореографии составляет 1 год, по истечении этого времени основной учебный материал программы является освоенным, дети овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения.

По программе для каждого года обучения предусмотрен 1 час в неделю. По расписанию занятия проводятся 1 раз продолжительностью 40 минут.

Программа предусматривает возможность организации электронного обучения, обеспечивающего освоение учащимися данной программы в полном объеме независимо от их места нахождения. С целью обеспечения непрерывного эффективного обучения по данной программе организовано:

- электронное обучение как средство реализации индивидуальных образовательных траекторий учащихся с ОВЗ и учащихся, находящихся на домашнем обучении;

- комбинированное электронное обучение, включающее очное обучение учащегося в школе с электронным обучением в случае длительного отсутствия учащегося на занятиях по уважительной причине (длительное заболевание, лечение в санатории и т.д.);

- временное электронное (удаленное) обучение учащихся, основанное на распоряжениях Комитета по образованию.

Планируемые результаты:

Учащиеся должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры;
- средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса;

- характерные особенности женской и мужской пляски;
- методику исполнения танцевальных комбинаций у станка и на середине зала;
- правила исполнения дробей и вращений;

Учащиеся должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа;
- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на 1/4, 1/2 круга;
- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- выполнять танцевальные ходы и движения русского танца;
- выполнять поклон в народном характере;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию,
- выполнить дроби в такт, соединить их в простую комбинацию;
- исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках (девочки);

Формы:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Формы подведения итогов.

Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебной год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Тематический план.

№	Тема	Кол-во часов
1	Ритмика	6
2	Танцевальная азбука	12
3	Партерная гимнастика	6
4	Творческая деятельность	10
	Всего	34 часа

Календарно-тематический план

№	Содержание и вид работы	Кол-во часов	Дата проведения
1.	Вводное занятие. Беседа по технике безопасности на занятиях. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	
2.	Ритмика и музыкальная грамота (постановка корпуса)	1	
3.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	
4.	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	
5.	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.	1	
6.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1	
7.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	

8.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу)	1	
9.	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	1	
10.	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	1	
11.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	1	
12.	Танцевальный бег (ход на полупальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	1	
13.	Народный танец. Основные танцевальные правила.	1	
14.	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	1	
15.	Позиции и положения рук. Движение кисти.	1	
16.	Постановка танцевального этюда.	1	
17.	Итоговое повторение за I полугодие.	1	
18.	Хлопки в ладоши	1	
19.	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг	1	
20.	Ковырялочка без подскоков	1	
21.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	1	
22.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	1	
23.	“Косичка”.	1	
24.	«Веревочка» простая	1	
25.	«Веревочка» простая	1	
26.	“Маятник”	1	
27.	“Маятник”	1	
28.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	

29.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
30.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
31.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	
32.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка.	1	
33.	Постановка корпуса. Движения плечами, руками.	1	
34.	Итоговое занятие.	1	
Всего	34 часа		

Результаты обучения.

Должен знать:

- музыкальную грамоту;
- хореографические названия изученных элементов;
- основные позиции рук и ног русского сценического танца;
- подготовительные танцевальные движения и рисунки

Должен уметь:

- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;
- различать динамические изменения в музыке;
- внимательно слушать музыку;
- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца.