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	УТВЕРЖДЕНО
Заместитель директора по УВР	Директор
_____Волкова Н. Г.	_____Веткина Л.А.
Протокол № 2 от «29» августа 2026 г.	Приказ № 94 от «29» августа 2026 г.

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Хореография»

для 2 класса

на 2026-2027 уч.год

Составитель:
Чемекова Э. В.,
учитель нач.кл.

д. Лажъял, 2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Хореографи» предназначена для преподавания основ хореографического искусства во втором классе в режиме внеурочных занятий. Программа составлена с учётом современных тенденций в развитии физического воспитания в школе, возрастных особенностей школьников, их физического развития на основе дифференцированного и индивидуального подхода. Хорошее здоровье – один из главных источников счастья и радости человека, его неоценимое богатство.

Цель программы "Хореография"– формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа по хореографии направлена на реализацию следующих задач:

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (шагистика, гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально- ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- приобщение к музыке, восприятие, различие и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп;
- усвоение несложных музыкальных форм, развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Программа данного курса представляет систему занятий для учащихся начальных классов и рассчитана на один год обучения. Во 2 классе – 34 часа.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты:

• укрепление культурной, этнической и гражданской идентичности в соответствии с духовными традициями семьи и народа;

• наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;

• формирование личностного смысла постижения искусства и расширение ценностной сферы в процессе общения с ритмикой и хореографией.

• развитие мотивов танцевальной - учебной деятельности и реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального)творчества, продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач, в том числе танцевальных.

• развитие духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов.

Метапредметные результаты:

• наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;

• ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни микро - и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.);
• овладение способностью к творческой реализации собственных творческих замыслов через понимание целей, выбор способов решения проблем поискового характера;
• применение знаково-символических средств, для решения коммуникативных и познавательных задач;
• готовность к логическим действиям: анализ, сравнение, синтез, обобщение, классификация по стилям и жанрам танцевального искусства;
• планирование, контроль и оценка собственных учебных действий, понимание их успешности или причин не успешности, умение корректировать свои действия;
• участие в совместной деятельности на основе сотрудничества, поиска компромиссов, распределения функций и ролей;
• умение воспринимать окружающий мир во всем его социальном, культурном, природном и художественном разнообразии.

Предметные результаты:

• развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевальной – творческой деятельности;
• общее понятие о роли хореографии в жизни ребенка и его духовно- нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;
• представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;
• использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно- образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;
• готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков. Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца и предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу хореографии включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 6-10летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Занятия включают чередование различных видов деятельности:

¾ музыкально - ритмические упражнения и игры,
¾ прослушивание музыки,
¾ тренировочные упражнения,
¾ танцевальные элементы и движения,

¾ творческие и самостоятельные задания,

Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука (тренаж).
3. Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).
4. Беседы по хореографическому искусству.
5. Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения. Знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету.

В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

С первых занятий учащиеся приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

• правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
• художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмичная деятельность включает упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 2 классов, прослушивание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука».

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки учащихся. Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца. Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми. В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

• усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
• ритмические упражнения
• разучивание танцевальных композиций

Вначале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и

количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию. Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение, для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

• партерная гимнастика
• тренаж на середине зала
• танцевальные движения
• композиции различной координационной сложности

Раздел «Беседы по хореографическому искусству».

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течение всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях.

Цель занятий состоит в том, чтобы помочь обучающимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

Раздел «Творческая деятельность».

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например, «Я — учитель танцев», «Я - художник по костюмам» и др. Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений. Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками потемам.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование тем	Всего часов
1	Хореография, элементы музыкальной грамоты.	10
2	Танцевальная азбука.	7
3	Танец.	7
4	Беседы по хореографическому искусству.	3
5	Творческая деятельность.	7
Всего		34

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование темы	Количество часов	Дата проведения
1	Что такое ритмика. Техника безопасности при разучивании танцев. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	
2	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	
3	Положение фигуры по отношению к зрителю. Ходьба с координацией рук и ног.	1	
4	Движения на развитие координации. Бег и подскоки. Упражнения для развития тела.	1	
5	Движения по линии танца. Перестроение для танцев	1	
6	Позиции рук. Основные правила.	1	
7	Позиции ног.Основные правила.	1	
8	Позиции в паре. Основные правила. Основные движения танца «Полька”.	1	
9	Упражнения для исправления осанки «Кошечка», «Змея». Упражнения для мышц спины.	1	
10	Упражнения для развития позвоночника.	1	
11	Упражнения для улучшения гибкости коленных суставов.	1	
12	Диско-танец “Вару-вару.” Разучивание движений .	1	
13	Я–герой сказки (имитация под музыку)	1	
14	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка	1	
15	Народно-хореографический танец. Позиции ног, рук. Выстукивания.	1	
16	Отработка построений “линии”, “шахматы”. Музыкально-ритмические игры “Коршун и курица”, “Магазин игрушек”.	1	
17	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук. Упражнения для развития плавности и мягкости движений.	1	
18	Синхронность и координация движений. Упражнения для профилактики плоскостопия	1	
19	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Пантомима.	1	
20	Разучивание танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница»	1	
21	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. Правила танцевального этикета	1	
22	Прохлопывание ритмического рисунка. Фигуры в танце. Квадрат, круг линия, звездочка, воротца, змейка	1	
23	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1	
24	Понятие о рабочей и опорной ноге. Танцевальный	1	

	шаг, подскоки вперед, назад, галоп.		
25	Три «кита» в музыке. Песня и танец. Марш. Ритмический счет	1	
26	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, с притопом, приставной шаг.	1	
27	Танцевальный бег.	1	
28	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве. Приставные шаги. Синхронность	1	
29	Игровые двигательные упражнения с предметами. Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1	
30	Настроение в музыке и в танце. Характер исполнения.	1	
31	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1	
32	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1	
33	Упражнения на расслабление мышц.	1	
34	Бальный танец «Вальс».	1	

Учебная литература:

1. Программа под редакцией В.Н. Шаулина «Физическая культура» (1-4 класс).
2. Учебное пособиепо курсу «Ритмическая гимнастика с методикой преподавания», Комарницкая Е.А., Радс Т.П., Храмова Л.Г.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. www.dance-city.narod.ru
2. www.danceon.ru
3. www.mon.gov.ru