



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1

Амурская область, город Зея, улица Ленина, дом 161; телефон 2-46-64; E-mail:  
[shkola1zeya@rambler.ru](mailto:shkola1zeya@rambler.ru)

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР

 В.В.Ружицкая

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом МОАУ СОШ № 1

от 30.05.2018 № 183-од



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**«Хореография»**  
**(общекультурное направление)**  
**1 – 4 классы**

Учитель: Акулова Светлана Романовна

г.Зея, 2018

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место. Через танцы происходит формирование и закрепление интереса к танцевальному искусству, развиваются хореографические и творческие способности, совершенствуются физические данные детей. Занятия танцем учат также понимать и создавать прекрасное. Развивают образное мышление и фантазию, дают гармоническое и пластическое развитие.

### **Назначение**

Программа внеурочной деятельности «Хореография» (ансамбль «Калейдоскоп») предназначена для работы с учащимися младшего возраста общеобразовательной школы (1-4 классы). Содержание материала программы дано по годам обучения. На каждый год предполагается усвоение обучающимися определенного минимума знаний, умений и навыков.

Программа «Хореография» разработана применительно к целям обучения хореографии в школе, где состав учеников разнороден по способностям и уровню подготовки.

В работе обязательно учитываются возрастные особенности детей. Однако, педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

**Цель программы:** Развитие творческой личности ребёнка средствами танцевального искусства.

### **Задачи программы:**

#### 1. Образовательные:

- 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;
- формировать потребность радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

#### 2. Развивающие:

- обогащение художественного воображения и ассоциативной памяти;
- обучение детей приёмам самоконтроля и взаимоконтроля.

#### 3. Воспитательные:

- поддержание потребности к музыкально-танцевальной двигательной деятельности;
- вырабатывать навыки сольного и ансамблевого исполнения;
- формирование общей культуры личности ребёнка, способной адаптироваться в современном обществе.

Учебным планом МОАУ СОШ №1 количество часов распределено следующим образом:

- 1класс-1 час в неделю, 33 часа в год;
- 2класс-1 час в неделю, 34 часа в год;
- 3класс-1 час в неделю, 34 часа в год;
- 4класс-1 час в неделю, 34 часов в год.

В текущем учебном году количество часов сокращено на час, так как занятия внеурочной деятельности начинаются со второй недели сентября.

Занятия проходят в кабинете хореографии по сорок минут.

### **Организация образовательного процесса**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми 3 и 4 классов проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

### **Планируемые результаты**

УУД	Индикаторы
<i>Личностные</i>	
Положительно относиться к процессу познания; понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.	20 %
<i>Познавательные</i>	

Самостоятельное создавать способы решения проблем творческого и поискового характера; овладевать логическими действиями сравнения, анализа.	20%
<b>Регулятивные</b>	
Планирование совместной деятельности, ориентация на образец и правило выполнения действия.	25%
<b>Коммуникативные</b>	
Развитие учебного сотрудничества с учителем и сверстником. Осознание содержания своих действий и усвоения учебного содержания.	20%
<b>Специальные</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;</li> <li>- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;</li> <li>- распознать характер танцевальной музыки;</li> <li>- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;</li> <li>- отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;</li> <li>- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении;</li> <li>- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;</li> <li>- воспринимать и передавать в движении образ;</li> <li>- ритмично двигаться;</li> <li>- проводить самостоятельно разминку;</li> <li>- выстукивать ритм под музыку;</li> <li>- соединять отдельные элементы танца в единое целое. - анализировать музыку разученных танцев; - иметь навык актерской выразительности.</li> </ul>	20%

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности**

Программа «Хореография» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

• **личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

• **метапредметные результаты** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

• **предметные результаты** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

### Содержание программы

Материал программы включает несколько разделов:

- Ритмика.
- Танцевальная азбука.
- Партерная гимнастика.
- Танец.
- Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получать дети в процессе обучения. Знания по музыкальной грамоте, выразительному языку танцев, знание о характерных чертах и истории танцевальных культур различных эпохи народов, знания по танцевальному этикету.

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

Раздел **«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.

Раздел **«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.

Раздел **«Партерная гимнастика»** даёт возможность сохранить и улучшить здоровье ребёнка; устранить и предупредить физические недостатки – сутулость, косолапость, плоскостопие, искривление позвоночника; развить правильную осанку, гибкость и силу тела, выносливость.

Раздел **«Танец»** включает изучение танцевальных движений, которые складываются в рабочие комбинации; разучивание народных плясок, историко-бытовых, современных, бальных и массовых танцев; разыгрываются этюды с воображаемыми предметами и этюды на развитие актёрского мастерства.

Раздел **«Творческая деятельность»** включает в себя проведение музыкально танцевальных игр, а также самостоятельную работу учащихся.

Система упражнений, выстроенная от простого к сложному, с учётом основных педагогических принципов (систематичность, постепенность,

последовательность) при условии многократного повторения заданий помогает успешному выполнению и усвоению требований программы.

**Формы представления результатов:**

- проведение открытых уроков для родителей;
- участие в праздничных программах, концертах; -
- проведение итоговых занятий; - участие в конкурсах.

**Формы занятий:**

- занятие;
- занятие-путешествие;
- занятие-игра;
- итоговое занятие

**Основные виды деятельности:** разучивание элементов танца, репетиции, слушание, изготовление реквизита.

**Тематическое планирование**

№ раздела	Тема занятия	Классы			
		1	2	3	4
1	Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» 1. Элементы музыкальной грамоты. 2. Музыкально — ритмические упражнения. 3. Построения и перестроения. 4. Слушание музыки.	10	10	4	8
2	Раздел «Танцевальная азбука» 1. Элементы Классического танца. 2. Элементы Народно — сценического танца.	8	8	4	8
3	Раздел «Танец» 1. Детские балльные и народные танцы. 2. Образные танцы (игровые). 3. Постановка танцевальной композиции. 4. Современная хореография.	8	8	16	6
4	Раздел «Партерная гимнастика» 1. Гибкость. 2. Растяжка.	3	4	8	5
5	Раздел «Творческая деятельность» 1. Игровые этюды. 2. Музыкально — танцевальные игры.	4	4	3	7
	Итого:	33	34	34	34

	Дата	Тема и содержание занятия	Факт
1	11.09	Понятие темпа и счета музыки в танце. Поклон.	
2	18.09	Понятие ритма и размера музыки в танце.	
3	25.09	Элементарные ритмические и пластические упражнения.	
4	02.10	Музыкально-танцевальные игры. Точки зала.	
5	09.10	Рисунок в танце: простые перестроения.	
6	16.10	Партерная гимнастика: развитие пластичности.	
7	23.10	Перестроения в танце: линия, круг, шахматный порядок.	
8	06.11	Постановка корпуса.	
9	13.11	Постановка головы. Положения рук.	
10	20.11	Развивающие упражнения для корпуса и головы.	
11	27.11	Постановка рук, упражнения для укрепления рук.	
12	04.12	Шаги для продвижения в танце: с носка, галоп, подскок, захлест.	
13	11.12	Детский танец. Разучивание танцевального этюда образного танца.	
14	18.12	Танцевальный этюд: выход, точки в танце.	
15	25.12	Разводка танцевального этюда, рисунок.	
16	15.01	Разучивание отдельных движений танца и их объединение.	
17	22.01	Разучивание ритмической разминки на середине зала.(Экзерсис)	
18	29.01	Ритмическая разминка на середине зала.	
19	05.02	Музыкальные и образные танцевальные игры.	
20	12.02	Элементы классического танца: постановка корпуса и головы.	
21	26.02	Элементы классического танца: работа рук и ног, позиции.	
22	05.03	Партерная гимнастика: упражнения на растяжку.	
23	12.03	Укрепляющие упражнения для мышечного корсета.	
24	19.03	Музыкально-танцевальные игры.	
25	02.04	Партерная гимнастика: развитие стопы.	
26	09.04	Постановка танцевального этюда.	
27	16.04	Постановка танцевального этюда.	
28	23.04	Знакомство с народно-сценическим танцем.	
29	30.04	Элементы русского танца: шаг, основное движение.	
30	07.05	Рисунок в народном танце.	

31	14.05	Постановка танцевального этюда на основе народного танца.	
32	21.05	Постановка композиции. Контрольный урок.	

### Календарно-тематический план 2 класс

	Дата	Тема и содержание занятия	Факт
1	12.09	Понятие темпа и счета музыки в танце. Поклон.	
2	19.09	Понятие ритма и размера музыки в танце.	
3	26.09	Элементарные ритмические и пластические упражнения .	
4	03.10	Музыкально-танцевальные игры. Точки зала.	
5	10.10	Рисунок в танце: простые перестроения.	
6	17.10	Партерная гимнастика: развитие пластичности.	
7	24.10	Перестроения в танце: линия, круг, шахматный порядок.	
8	07.11	Постановка корпуса.	
9	14.11	Постановка головы. Положения рук.	
10	21.11	Развивающие упражнения для корпуса и головы.	
11	28.11	Постановка рук, упражнения для укрепления рук.	
12	05.12	Шаги для продвижения в танце: с носка, галоп, подскок, захлест.	
13	12.12	Детский танец. Разучивание танцевального этюда образного танца.	
14	19.12	Танцевальный этюд: выход, точки в танце.	
15	26.12	Разводка танцевального этюда, рисунок.	
16	16.01	Разучивание отдельных движений танца и их объединение.	
17	23.01	Разучивание ритмической разминки на середине зала. (Экзерсис)	
18	30.01	Ритмическая разминка на середине зала.	
19	06.02	Музыкальные и образные танцевальные игры.	
20	13.02	Элементы классического танца: постановка корпуса и головы.	
21	20.02	Элементы классического танца: работа рук и ног, позиции.	
22	27.02	Партерная гимнастика: упражнения на растяжку.	
23	06.03	Укрепляющие упражнения для мышечного корсета.	
24	13.03	Музыкально-танцевальные игры.	
25	20.03	Партерная гимнастика: развитие стопы.	
26	03.04	Постановка танцевального этюда.	
27	10.04	Постановка танцевального этюда.	

28	17.04	Знакомство с народно-сценическим танцем.	
29	24.04	Элементы русского танца: шаг, основное движение.	
30	08.05	Рисунок в народном танце.	
31	15.05	Постановка танцевального этюда на основе народного танца.	
32	22.05	Постановка композиции. Контрольный урок.	
33	29.05	Итоговый урок	

### Календарно-тематический план 3 класс

	Дата	Тема и содержание занятия	Факт
1	13.09	Ритмические упражнения на чередование: хлопки, прыжки, притопы.	
2	20.09	Партерная гимнастика: упражнения на растяжку.	
3	27.09	Упражнения на развитие корпуса, укрепление ног и рук.	
4	04.10	Элементы бального танца: ритм, счет, особенности исполнения.	
5	11.10	Элементы бального танца: шаг для продвижения в танце.	
6	18.10	Детский бальный танец: рисунок и перестроения.	
7	25.10	Разучивание отдельных движений и их объединение.	
8	08.11	Постановка композиции: выход, основной шаг.	
9	15.11	Постановка композиции: завязка и развитие.	
10	22.11	Постановка композиции: развитие и повторение.	
11	22.11	Партерная гимнастика: стопа, перевороты, гибкость.	
12	06.12	Партерная гимнастика: растяжка.	
13	13.12	Современная хореография: стили, направления, основы.	
14	20.12	Современная хореография: образы, характер исполнения.	
15	27.12	Разучивание комбинаций движений.	
16	10.01	Разучивание комбинаций движений и их объединение.	
17	17.01	Закрепление и повторение изученных комбинаций.	
18	24.01	Партерная гимнастика: укрепление и растяжка ног.	
19	31.01	Партерная гимнастика: упражнения для корпуса и шеи.	
20	07.02	Постановка композиции в современной хореографии.	
21	14.02	Постановка композиции: перестроения и включение комбинаций.	
22	21.02	Раскрытие образов в современной хореографии посредством движений.	

23	28.02	Закрепление и повторение изученного.	
24	07.03	Классический танец: заучивание позиций рук и ног.	
25	14.03	Классический танец: постановка корпуса и головы.	
26	21.03	Работа у станка в классическом танце.	
27	04.04	Упражнения у станка: plie, rolive, batman tandu, jete	
28	11.04	Упражнения у станка: наклоны корпуса, перегибы, работа головы.	
29	18.04	Закрепление упражнений у станка.(Экзерсис)	
30	26.04	Партерная гимнастика: вытяжка, работа ног, гибкость.	
31	16.05	Этюд на основе простых классических элементов.	
32	23.05	Развивающие элементы различных видов танца	
33	30.05	Многообразие движений разных народов	

#### Календарно-тематический план 4класс

	Дата	Тема и содержание занятия	Факт
1	12.09	Ритмические упражнения на чередование: хлопки, прыжки, притопы.	
2	19.09	Партерная гимнастика: упражнения на растяжку.	
3	26.09	Упражнения на развитие корпуса, укрепление ног и рук.	
4	03.10	Элементы бального танца: ритм, счет, особенности исполнения.	
5	10.10	Элементы бального танца: шаг для продвижения в танце.	
6	17.10	Детский бальный танец: рисунок и перестроения.	
7	24.10	Разучивание отдельных движений и их объединение.	
8	07.11	Постановка композиции: выход, основной шаг.	
9	14.11	Постановка композиции: завязка и развитие.	
10	21.11	Постановка композиции: развитие и повторение.	
11	28.11	Партерная гимнастика: стопа, перевороты, гибкость.	
12	05.12	Партерная гимнастика: растяжка.	
13	12.12	Современная хореография: стили, направления, основы.	
14	19.12	Современная хореография: образы, характер исполнения.	
15	26.12	Разучивание комбинаций движений.	
16	16.01	Разучивание комбинаций движений и их объединение.	

17	23.01	Закрепление и повторение изученных комбинаций.	
18	30.01	Партерная гимнастика: укрепление и растяжка ног.	
19	06.02	Партерная гимнастика: упражнения для корпуса и шеи.	
20	13.02	Постановка композиции в современной хореографии.	
21	20.02	Постановка композиции: перестроения и включение комбинаций.	
22	27.02	Раскрытие образов в современной хореографии посредством движений.	
23	06.03	Закрепление и повторение изученного.	
24	13.03	Классический танец: заучивание позиций рук и ног.	
25	20.03	Классический танец: постановка корпуса и головы.	
26	03.04	Работа у станка в классическом танце.	
27	10.04	Упражнения у станка: plie, rolive, batman tandu, jete	
28	17.04	Упражнения у станка: наклоны корпуса, перегибы, работа головы.	
29	24.04	Закрепление упражнений у станка (Экзерсис)	
30	08.05	Партерная гимнастика: вытяжка, работа ног, гибкость.	
31	15.05	Этюд на основе простых классических элементов.	
32	22.05	Отработка исполнительской техники прыжков и вращений в различных ритмах	
33	29.05	Тренинг современной танцевальной пластики	