ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
Муниципальное нетиповое автономное общеобразовательное учреждение культуры
«Гимназия «Арт-Этюд»

РАССМОТРЕНО	ПРИНЯТО	УТВЕРЖДЕНО
Методическим объединением учителей начальной школы Зав._____Журавлева Е. Г. Протокол № 1 от 27.08.2026	Педагогическим советом Зам.директора по УВР _____Горюнова В. Е. Протокол № 1 от 27.08.2026	Директор МНАОУК «Гимназия «Арт-Этюд» _____Семенова А.А. Приказом № 108-уч/1 от 27.08.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «Хореография»
для обучающихся 1-4 классов

Екатеринбург 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Хореография» разработана на основе Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) от 29.12.2012 №273-ФЗ, приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями) от 31.05.2021 №286 и приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (с изменениями и дополнениями) от 18.05.2023 №372.

Цель курса – формирование знаний в области хореографической культуры (основные стили, направления, жанры), развитие исполнительских способностей обучающихся. Кроме того, приобщение детей к искусству танца позволяет им не только постичь эстетику движения, но и поможет решению одной из важных проблем эстетического воспитания – приобщение к богатству танцевального и музыкального народного творчества.

Задачей занятий является формирование у обучающихся танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала. В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. Обучающиеся осваивают также музыкально-танцевальную природу искусства, у них развиваются творческая инициатива, воображения, умение передать характер музыки и содержание образа движения.

На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

1. Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности.
2. Историко-бытовой танец.
3. Эстрадный танец.
4. Современный танец.

Методика обучения в своей основе опирается на достижения различных хореографических школ применительно к целям обучения хореографии в школе, где состав учащихся разнороден по способностям и уровню подготовки.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, историко-бытового, бального, современного и эстрадного танцев, что способствует развитию танцевальности обучающихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте истории хореографии

преподносятся в процессе практических занятий.

Программа дает возможность преподавателю использовать танцевальные движения при минимум тренировочных упражнениях, так как продолжительность урока составляет 40 минут. Вместе с тем в основе преподавания лежит профессиональная методика, без которой учащиеся не смогут получить необходимые навыки.

Нижеперечисленные разделы связаны между собой, однако каждый из них имеет свои конкретные задачи. Первый раздел «Ритмика» предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты развития ориентации и «мышечного чувства», формирование художественно-творческих способностей. В «век гиподинамии» ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работы способности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. Раздел «Ритмика» рассчитан на 3 года начального обучения. В дальнейшем ритмическое воспитание проходит непосредственно на элементах танцевальных движений в процессе урока хореографии.

Содержание программы дает возможность ученикам на собственной практике, сопоставляя, сравнивая получить тот запас знаний, умений и навыков, которые помогут им в дальнейшем самостоятельно разбираться в искусстве хореографии. Основой программы является репертуар, который рекомендуется для разучивания и исполнения не только на школьных уроках, но и праздниках, конкурсах, концертах.

Материал программы может быть использован в различные моменты школьного режима: на физкультминутках, больших переменах, утренниках, конкурсах, смотрах и других мероприятиях эстетического цикла.

Основными показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности школьников, прошедших курс обучения, можно считать: музыкальность и выразительность, правдивость и искренность в передаче танцевального образа, благородство манеры исполнения, осмысленное отношение к танцу как художественному произведению, понимание единства формы и содержания танца.

Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение, а также наличие у учеников нравственной воспитанности, выражающейся, в частности, в поведение в коллективе, трудолюбии, взаимопомощи, доброжелательности.

Методы и методические приемы обучения

В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения:

- использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

- метод комбинированных движений;

- метод расклада, обуславливающийся следующими задачами:

1.проработка и закрепление пройденного программного материала;

2.раскрытие индивидуальности учащегося через творческое самовыражение;

3.воспитание художественного вкуса;

- метод повторения;

- метод коллективного творчества;

- метод объяснения;

- метод заучивания;

- метод многократного повторения всевозможных движений.

Форма организации занятия

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. 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.

Формы подведения итогов:

-выступления на мероприятиях, проходивших в учебном заведении;

-показательные выступления перед родителями младших школьников,

-участия в городских конкурсах.

Общее число часов для изучения хореографии на уровне начального общего образования составляет – 102 часа:

1 год обучения – 34 часа (1 час в неделю);

2 год обучения – 34 часа (1 час в неделю);

3 год обучения - 34 часа (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

2 КЛАСС

Раздел 1. Ритмика

Определение и передача движениями: характера музыки; темпа; динамических оттенков; куплетной формы; жанров музыки; пауз.

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: напряжение и расслабление мышц рук и ног; сгибание кистей вниз, вверх, вперед, назад; поднимание рук вверх и опускание вниз; вращение стопы; наклоны корпуса, головы, круговые движения плечами.

Раздел 2. Элементы историко-бытового танца

Повторение основного шага по кругу танца «Полонез».

Знакомство с танцем «Па-де-грасс». Изучение основного шага па-де-грасс, фигур: колонна, фонтан, коридор. Постановка хореографического номера на новогодний бал. Изучение танцевальной игры «Полька – тройка»

Раздел 3. Основные понятия хореографического искусства

Сценический танец. Актерское мастерство. Дисциплина за кулисами.

Раздел 4. Эстрадный танец

Теория: учебно-тренировочная работа: связь элементов тренажа с разучиванием танцев. Азбука музыкального движения.

Практика: пластические упражнения в характере и темпе музыки. Танцевальный шаг с носка, с подскоком, на полупальцах, легкий бег, шаг с подскоком, галоп. Постановка хореографического номера для фестиваля английской песни «English song arts».

Раздел 5. Знакомство с импровизацией

Знакомство с термином «Импровизация». Изучение упражнений на импровизацию (зеркало, зеркальное отражение с вариациями движения, групповое зеркало, унисон, цепочка имен). Постановка хореографических этюдов с помощью импровизации.

3 КЛАСС

Раздел 1. Ритмика

Упражнение на координацию (установление целесообразных соотношений между действиями): приставные шаги и работа плес (вместе, поочередно); приставные шаги и работа головы, повороты, круг; перекаты стопы, работа рук (вверх, вниз, в стороны); свободные комбинации.

Раздел 2. Элементы историко-бытового танца

Повторение основного шага по кругу танца «Полонез» и танцевальной

игры «Полька-тройка».

Знакомство с танцем «Венский вальс». Изучение основного вальсового шага, малого квадрата, большого квадрата, балянсе. Постановка хореографического номера на новогодний бал.

Раздел 3. Современный танец

Изучение основ современного танца: легкий бег; работа корпусом; работа ног (степы); скольжение; перекат; вращение; отталкивание. Постановка хореографического номера для фестиваля английской песни «English song arts».

Раздел 4. Импровизация

Повторение тем и упражнений второго года обучения. Упражнение стоя для углубления темы: выравнивание; движение за рукой с поворотом; весы; солнечный зайчик; рисование (круг над головой, восьмерка). Постановка хореографических этюдов с помощью изученных упражнений на импровизацию.

4 КЛАСС

Раздел 1. Ориентировка в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений. Упражнения с предметами.

Раздел 2. Историко-бытовой танец

Повторение основного шага по кругу танца «Полонез» танцевальной игры «Полька-тройка».

Знакомство с танцем «Французская кадриль». Изучение основного шага кадрили, фигур: коридор, фонтан, круг из 4-х пар, колонны, трениз. Постановка хореографического номера на новогодний бал.

Раздел 3. Современный танец

Повторение изученного материала 3-го года обучения.

Углубленное изучение степа (happy feet, Roger rabbit, Monastery, fila). Изучение пружинных движений, пластических приемов (ось, зерно, цветок и т.д.), волна корпусом и руками. Постановка хореографического номера для фестиваля английской песни «English song arts».

Раздел 4. Импровизация

Повторение изученного материала.

Теория. Композиция и постановка танца. Творческие задания на создание собственных танцевальных этюдов с заданным образом и характером.

Практика. Наполнить заданный образ содержанием, придумать сюжет с применением законов драматургии, подобрать движения. Творческие задания на импровизацию в различных стилях, знакомых учащимся с добавлением изученного материала.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ХОРЕОГРАФИИ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Планируемые результаты включают в себя личностные, коммуникативные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты освоения программы курса достигаются в ходе обучения хореографической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно- нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

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.

Осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях хореографией.

Результаты освоения программы по хореографии отражают овладение универсальными познавательными действиями.

Ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в хореографии (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях. Устанавливать связь между танцем и музыкой, художественным образом. Классифицировать виды хореографических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком. Приводить примеры и осуществлять демонстрацию танцевальных упражнений и движений. Самостоятельно (или в совместной деятельности) составлять комбинации упражнений. Формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной

деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха Овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности иных учебных предметов;

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

Выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Тематическое планирование

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	теория	практика	
Раздел 1. Ритмика (7ч)					
1.1	Определение и передача движениями музыки	3	1	2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
1.2	Развитие отдельных групп мышц	4	1	3	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		7			

Раздел 2. Элементы историко-бытового танца (11ч)					
2.1	Основной шаг танца «Полонез»	2	1	1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.2	Па-де-грасс	3		3	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.3	Постановка хореографического номера	4	1	3	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.4	Полька - тройка	2		2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		11			
Раздел 3. Основные понятия хореографического искусства (2ч)					
3.1	Сценический танец	0,5			Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
3.2	Актерское мастерство	1	1		Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
3.3	Дисциплина за кулисами	0,5			Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 4. Эстрадный танец (9ч)					

4.1	Учебно-тренировочная работа	2		2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
4.2	Основные	3	1	2	Хореографически
	движения эстрадного танца				й ресурс https://choreoresour.ru/
4.3	Постановка хореографического номера	4		4	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		9			
Раздел 5. Знакомство с импровизацией (5ч)					
5.1	Знакомство с термином	2	1	1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
5.2	Упражнения на импровизацию	3	1	2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		5			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	теория	практика	
Раздел 1. Ритмика (6ч)					

1.1	Упражнения на координацию	3	1	2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
1.2	Свободные	3		3	Хореографический
	комбинации				ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Элементы историко-бытового танца (11ч)					
2.1	Полонез	2	1	1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.2	Полька-тройка	2		2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.3	Венский вальс	7	1	6	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		11			
Раздел 3. Современный танец (9ч)					
3.1	Основы современного танца	3	1	2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
3.2	Постановка хореографического номера	6		6	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		9			
Раздел 4. Импровизация (8ч)					

4.1	Повторение изученного материала	2	1	1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
4.2	Упражнения стоя	3		3	Хореографический
					ресурс https://choreoresour.ru/
4.3	Постановка этюдов	3		3	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		8			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

4 КЛАСС

№ п/п	**Наименование разделов и тем программы**	**Количество часов**			**Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**
		всего	**теория**	**практика**	
Раздел 1. Ориентация в пространстве (6ч)					
1.1	Перестроения	2	1	1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
1.2	Дистанция	2		2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/

1.3	Упражнения с предметами	2		2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Элементы историко-бытового танца (11ч)					

2.1	Полонез	1		1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.2	Полька-тройка	1		1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.3	Французская кадриль	5	1	4	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
2.4	Постановка хореографического номера	4		4	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		11			
Раздел 3. Современный танец (9ч)					
3.1	Повтор изученного материала	2	1	1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
3.2	Разновидности степа	2	1	2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
3.3	Работа корпуса	1		1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
3.4	Постановка хореографического номера	4	1	3	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/

Итого по разделу		9			
Раздел 4. Импровизация (8ч)					
4.1	Повтор изученного материала	2	1	1	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
4.2	Композиция. Постановка танца	2		2	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
4.3	Самостоятельная постановка этюдов	4		4	Хореографический ресурс https://choreoresour.ru/
Итого по разделу		8			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

Методическая литература

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)

2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)

3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)

4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)

5. Климов А. Русский народный танец. - М.- 2002

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ НЕТИПОВОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ " ГИМНАЗИЯ "АРТ-ЭТЮД", Семенова Анастасия Анатольевна, Директор

06.11.26 14:40 (MSK)

Сертификат 66DD9148A7705579B33D03F1B4A3D500