

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 154 с углубленным изучением отдельных предметов»
городского округа Самара

Проверено

Зам. директора

 /Никитина С.А./

«27» августа 2026 г.

Утверждаю

Директор МБОУ Школы №154 г.о.Самара

_____/Корнилова Н.Н./

приказ № 268 от «28» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности Танцевальные фантазии Класс 1

По направлению: Художественно-эстетическая, творческая деятельность

Количество часов по учебному плану: 34 в год 1 в неделю

Составлена на основе авторской программы: _____
(автор программы)

(название авторской программы при наличии)

Учебные пособия (при наличии):

Автор

Наименование

Издательство, год.

Рассмотрена на заседании МО _____ учителей начальных классов _____
(название методического объединения)

Протокол № 1 от « 27 » _____ августа 2026г.

Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

Методические рекомендации по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;

Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09- 1672;

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20;

СанПиН 1.2.3685-21;

Основная образовательная программа МБОУ Школы №154 г.о.Самара.

Хореографическое искусство – массовое искусство доступное всем. Благодаря системному образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому воспитанию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствует развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а так же позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

Программа «Хореография» составлена на основе:

1. Дополнительной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество»
2. «Ритмика в школе» Ж.И.Фирилева, А.И. Рябчиков, О.В. Загрядская (2014г.)

Программа предназначена для учащихся 1-х классов. Данная программа рассчитана на детей, разных по уровню умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей профессией. Программа намечает определенный объем материала, который может быть использован или изменен с учетом состава класса, физических данных и возможностей каждого учащегося, а также с учетом возможностей организации учебного процесса: разновозрастных, разноуровневых групп детей.

Направленность программы.

Образовательная программа «Хореография» предназначена для обучения основам хореографического искусства, развития общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народно-сценической, историко-бытовой, бальной и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-познавательной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: классический, историко-бытовой, народно-сценический, балльный и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а так же на развитие их сценической культуры.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям по средствам приобщения к миру хореографии: классический, историко-бытовой, народно-сценический, балльный и современный танец.

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющую осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения. В связи с изучением различных направлений танца, отличительной особенностью данной программы является ее мобильность. Педагог может проявить определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе учащихся, творчески решить вопросы, который ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав класса, физические данные и возможности учащихся.

Педагог может включить в один урок материал из нескольких разделов, может перенести изучение в следующий класс или вовсе исключить из программы те движения, прохождение которых окажется не доступным данному классу. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы. Возможны так же некоторые изменения в порядке прохождения материала.

Цель программы

Раскрытие потенциальных способностей детей, создание условий для гармоничного развития, сохранения и укрепления здоровья и успешной личностной реализации.

Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих **задач**:

Задачи программы:

1. Образовательные:

1. способствовать расширению кругозора, знаний, умений, навыков в области движений, танца и музыки
2. содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания
3. содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях
4. содействовать развитию творческих и созидательных способностей- мышления, воображения, находчивости, познавательной активности

1. Развивающие:

2. развитие творческих способностей;
3. развитие чувства формы и художественного вкуса;
4. развитие творческой инициативы, умения создавать художественный образ;
5. содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата — формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;

6. способствовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
7. совершенствовать двигательные качества (мышечную силу, гибкость, выносливость) и координационные способности.

3.Воспитательные:

- 1.воспитание художественного вкуса, музыкальной и хореографической культуры;
- 2.приобщение учащихся к мировому культурному наследию, высшим образам мирового и отечественного танцевального исполнительства;
- 3.воспитание зрительной культуры и эстетического вкуса;
- 4.воспитать самостоятельность, раскрепощенность, умение творчески выражать эмоции и мысли в танцевальных движениях;
- 5.поддерживать стремление к разумному лидерству, инициативности, воспитывать трудолюбие, готовность к взаимопомощи;
- 6.воспитывать уважение к педагогам, товарищам, партнерам по танцам;
- 7.прививание навыков здорового образа жизни, личной и общественной гигиены, опрятности в костюме и внешнем виде;
- 8.воспитание чувства патриотизма, гордости за свой народ и его уникальную культуру.

Ожидаемые результаты реализации программы.

В результате прохождения материала по предмету хореография учащиеся должны **знать:**

- правила поведения в танцевальном зале;
- гигиенические требования к одежде и обуви;
- средства музыкальной выразительности;
- знать и применять основные термины танцевальных стилей;
- назначение и направленность упражнений классического танца;
- основы танцевальной культуры разных национальностей;
- отличительные особенности исполнения национальных танцев;
- особенности манеры и стиля исполнения историко-бытового танца;
- особенности манеры и стиля исполнения бального танца;
- основные направления современного танца;
- основные этапы развития хореографического искусства.

уметь:

- выполнять учебно-практический материал каждого года обучения;
- уметь ориентироваться в зале, передвигаться по сценической площадке;
- выражать в танцевальных движениях свою индивидуальность;
- выражать характер движений различных танцевальных направлений;
- согласовывать движения с музыкой в упражнениях, танцах;
- выполнять самостоятельно отдельные фрагменты программы;
- проявлять творческую инициативу в процессе творческих занятий и постановочной работы;
- выполнять импровизационные задания.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- восприятия художественных образов народной, классической и современной хореографии;

– исполнение танцев различных направлений в повседневной жизни, на любых сценических площадках;

- участие в танцевальных и других творческих коллективных мероприятиях;
- устойчивого интереса хореографии, посещения концертов, балетных спектаклей.

Важным параметром успешного обучения является интерес к занятиям. В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием детей в конкурсах, концертах, где они могут показать уровень обученности. Но самое главное, чтобы оценка результативности была основана на тех качественных изменениях, которые происходят с ребенком в процессе творческой деятельности. Особенно это касается в работе с детьми, имеющими трудности в обучении. На уроках учитель имеет прекрасную возможность создать для слабоуспевающих детей ситуацию успеха необходимую для приобретения уверенности в собственных силах.

Формы подведения итогов.

Основной формой подведения итогов является итоговые занятия, а так же:

- открытые занятия для родителей и педагогов;
- участие в классных и школьных мероприятиях;
- концертная деятельность;
- участие в конкурсах и фестивалях.

Общая характеристика учебного предмета.

Основными разделами данной программы являются:

1. «Вводные занятия».

Педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусств – хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии и техники безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

2. Классический танец.

Классический танец является основой изучения хореографического искусства. Упражнения классического танца воспитывают навык правильной осанки, гармонично развивая все тело, раскрепощая движение. Включение классического тренажа в урок способствует развитию опорно-двигательного аппарата, уравнивая право и левостороннее развитие всех мышц, корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширение двигательного диапазона, тренировки дыхательной и сердечно-сосудистой системы, повышая тем самым жизненную активность организма ребенка.

3. Народно-сценический танец.

Тренаж народно-сценического танца развивает группы мышц, которые недостаточно задействованы в классическом танце. Изучая народный танец, ребенок узнает, что в живых образах танца народ показывал, каким бы он хотел видеть человека, какие черты характера достойны подражания, какие образцы поведения и взаимоотношений предпочтительны. Образцы народной хореографии, изучаемые на уроке, восстанавливают собственные этнические связи ребенка, воспитывают этническую толерантность. Анализируя характер движений, пространственное построение танца, его ритмический рисунок, особенности костюма, дети могут пополнять свои знания по географии, истории, музыкальной культуре, этнографии народа.

4. Историко-бытовой танец.

Включает бытовые танцы эпох. И их яркими образцами поведения и взаимоотношений. стиль бытовой хореографии во многом определяется условиями жизни людей, морально и этикетом общества. Бытовой танец дает возможность узнать

«применить на себя» культуру взаимоотношений, правила поведения, нормы, морали различных слоев общества той или иной эпохи.

5. Бальный танец включает бальные танцы, которые прививают учащимся культуру общения между собой, в паре, с окружающими. Танцуя в паре, ребенок многому учиться и многое приобретает: вырабатывается и приобретается не только коммуникабельность, взаимовыручка, умение настроиться на партнера, контроль над собой, но и культура общения с преподавателем, со зрителем. Знакомство с бальным танцем расширяет кругозор детей.

6. Современный танец.

Современная хореография – динамичная развивающаяся система, включающая в себя технику джаз-модерна и такие новые направления как: contemporary и street dance. Она создает достаточную свободу в выборе лексического материала, именно эта особенность позволяет создавать свой выразительный язык движений. Занятия джаз-модерн танцем способствует не только физическому развитию детей, но и создают возможность для творческой самореализации личности, так как танец позволяет создать свою особенную философию, дает возможность представить свой взгляд на мир.

7. Репетиционно-постановочная работа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, возраст ребенка тип характера. Важно, чтобы заложенные в танец мысли волновали детей, были очень близки к их душевному миру. Ведь дети чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

Главная задача педагога - не только научить ученика определенным приемам, связкам движений в различных танцах, но и выработать в нем способность видоизменять, группировать фигуры, составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

8. Беседы о хореографическом искусстве.

Цикл бесед знакомит с историей происхождения, становления и развития танца, разнообразными видами и жанрами хореографии.

Беседы знакомят с популярными танцевальными группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве, рассказывают о выдающихся танцорах нашего времени.

9. Творческая деятельность.

Большую роль в коллективе имеет доброжелательная обстановка. Чувство доброты, эмоциональная комфортность в данной среде воспитывается делами. Важно, чтобы каждый воспитанник мог расслабиться и почувствовать внутреннюю психологическую свободу и уметь доверять своим товарищам. Детское творчество тесно связано с игрой. С поиском нового интересного и необычного, и, способствует больше саморазвитию ребенка, чем самореализации. В процессе творчества, как и в игре, ребенок стремится опробовать разные роли. Система творческих заданий помогает детям войти в образное содержание выбранной роли, а перевод образа из одного художественного ряда в другой уйти от общих шаблонов и развить ассоциативное мышление. Построение заданий от частного к общему предполагает общение детей по поводу созданного, то есть его исполнения и воспитания.

Система творческих заданий помогает достичь следующих результатов:

– в процессе занятий дети научиться креативно мыслить,

- у детей проявиться раскрепощенность и артистическая свобода в выражении своих эмоций на сцене;
- дети избавятся от многих комплексов и зажимов, получат свободу общения;
- сформируются микроклимат и условия для развития творческой свободы уникальной растущей личности ребенка, ее самореализации.

В данный раздел включены интегрированные занятия.

Преимущество интегрированных занятий:

- повышают мотивацию, формируют познавательный интерес, что способствует к повышению уровня обученности и воспитанности учащихся;
- способствует формированию целостной научной картины мира, рассмотрению предмета, явления нескольких сторон: теоретической, практической, прикладной;
- способствуют развитию устной и письменной речи, помогают глубже понять лексическое значение слова, его эстетическую сущность;
- способствуют развитию музыкальных умений и навыков;
- позволяют систематизировать знания;
- способствуют развитию в большей степени, чем обычные уроки, эстетического воспитания, воображения, внимания, памяти, мышления учащихся;
- обладая большой информативной емкостью, способствуют увеличению темпа выполняемых учебных операций, позволяют вовлечь каждого школьника в активную работу на каждую минуту урока и способствуют творческому подходу к выполнению учебного задания.

Совместный процесс прослушивания музыки помогает педагогу заинтересовать и приобщить детей к сокровищам музыкальной культуры, подсказать необычные замыслы будущих танцев детям старшей возрастной группы, которые делают творческие попытки и пробы самостоятельного сочинения танцевальных произведений. Приступая к постановочной работе, дети знакомятся с различной литературой, которая помогает ощутить атмосферу эпохи, культуры. Национальной особенности пластики танца. Интерес работы над образом создает мотивацию к изучению исторических, литературных, музыкальных материалов, что является составляющими элементами интегрированных занятий программы.

Так в процессе изобразительной деятельности учащиеся изучая строение объектов, изображение их пространственного положения, формы, вместе с тем одновременно познают и законы красоты. В процессе чтения чувства обогащаются, становятся более полными и глубокими, танец не может существовать без чувств, эмоций. Чтение художественной литературы, прослушивание и разбор музыкальных произведений способствуют развитию музыкальных умений и навыков. Изображение художественных образов танца помогаем учащимся понять смысл танца, характер образов и стиль исполнения.

Интеграция четырех предметов: литературы, хореографии, изобразительного искусства и музыки способствует глубокому проникновению учащихся в слово, в мир красоты и звуков, в мир танца, помогают развитию тонкого эстетического вкуса, умения понимать и ценить искусство и красоту.

1 класс

Содержание учебного предмета.

I. Вводное занятие

Тема 1. Правила поведения на уроке. Особенности внешнего вида.

II. Классический танец.

Тема 1. Терминология классического танца.

Тема 2. Экзерсис у станка.

- Постановка корпуса лицом к палке: позиции ног, I, II, III, IV и V.
- Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.
- Demi plies по I позиции ног
- Battments tendus demi plie по I позиции ног
- Battments tendus по V позиции ног
- Battments tendus demi plie по V позиции ног
- Понятие направлений en dehors и en dedans
- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans
- Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по ¼ круга.
- Battments releve на 45 градусов крестом.
- Положение ног sur le cou-de-pied основное и условное спереди и сзади
- Releve на полупальцах по I, II позициям с demi plie
- Battment releves lents на 90 градусов с I и V позиции крестом

Тема 3. Экзерсис на середине .

- Позиции рук, подготовительное положение I, II, III.
- Поклон по I позиции
- Demi plie по I, II, III, V, IV позиция en fase
- Battments tendus в сторону, вперед и назад по I позиции
- Battments tendus demi plie по I позиции ног
- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans
- Battments releve на 45 градусов по I позиции крестом.
- I port de bras

Тема 4. Allegro

- Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.
- Temps saute по I, II на середине, по V лицом к палке.
- Changement de pied по V позиции лицом к палке.

III. Репетиционно-постановочная работа.

Тема 1. Теория дисциплины

- беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.
- Знакомство с музыкальным материалом.

Тема 2. Композиция танца.

- создание сценического образа
- изучение танцевальных движений
- изучение танцевальных комбинаций
- танцевальные комбинации в рисунках, переходах образах.
- отработка элементов
- работа над музыкальностью
- развитие пластичности
- синхронность исполнения
- работа над техникой исполнения танца
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений, перестроений.

IV. Беседы о хореографическом искусстве.

Тема 1. Танец как вид искусства.

Тема 2. Происхождение танца.

Тема 3. Виды и жанры танца.

Тема 4. Что такое балет.

V. Творческая деятельность.

Тема 1. Развитие пластического воображения детей:

- «перелет птиц»
- «шторм на море»
- «дождь в лесу»

Тема2. Выразительность исполнения упражнений.

- «Нарисуй себя»

Тема 3. «Лесное царство» (интеграция: музыки, изо, литературы, хореографии).

Тематическое планирование. (1 класс)

Разделы, темы.	Количество часов			ЭОР
	теоретически	практически	всего	
I Вводное занятие Тема 1. Правила поведения на уроке. Особенности внешнего вида.	1		1	
II Классический танец	1	13	14	https://youtu.be/ZhlatoISjQc
Тема1. Терминология классического танца.	1		1	
Тема2. Экзерсис у станка.		13	13	https://vk.com/video146501324_167955723
Постановка корпуса лицом к палке: позиции ног, I, II, III, IV и V.		1	1	
Demi plies по I, II, V позициям ног		1	1	
Battements tendus из I позиции вперед, в сторону, назад.		1	1	
Battements tendus с demi plie по I позиции ног		1	1	
Battements tendus по V позиции ног		1	1	
Battements tendus demi plie по V позиции ног		1	1	
Понятие направлений en dehors и en dedans		1	1	
Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans		1	1	
Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по ¼ круга.		1	1	
Battements releve lent на 45 градусов крестом.		1	1	
Положение ноги sur le cou-de-pied условное спереди и сзади		1	1	
Releve на полупальцах по I, II позициям с demi plie		1	1	
Battement releves lents на 90 градусов с I и V		1	1	

позиции крестом				
II Репетиционно-постановочная работа.	2	11	13	https://vk.com/video-83435244_171045903
Тема 1. Теория дисциплины.	2		2	
Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	1		1	
Знакомство с музыкальным материалом	1		1	
Тема 2. Композиция танца		16	16	
Композиция танца «На птичьем дворе»		16	16	https://youtu.be/gGy6h7j_awA
Создание сценического образа танца «На птичьем дворе»		2	2	
Изучение танцевальных движений танца «На птичьем дворе»		2	2	
Изучение танцевальных комбинаций танца «На птичьем дворе»		2	2	
Танцевальные комбинации танца «На птичьем дворе» в рисунках, переходах, образах		2	2	
Отработка элементов танца «На птичьем дворе»		2	2	
Работа над музыкальностью танца «На птичьем дворе»		1	1	
Развитие пластичности в танце «На птичьем дворе»		1	1	
Синхронность исполнения танца «На птичьем дворе»		1	1	
Работа над техникой исполнения танца «На птичьем дворе»		1	1	
Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений танца.		1	1	
Выразительность и эмоциональность исполнения.		1	1	
V Творческая деятельность.		6	6	
Тема 1. Развитие пластического воображения детей		2	2	https://youtu.be/i7MqagUmqU4
Тема 2. Выразительность исполнения упражнений «Нарисуй себя»		2	2	
Тема 3. «Лесное царство»		2	2	
Всего 34 часов	9	57	66	

