

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ КРАСНОГОРСК МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ЛИЦЕЙ ПАРУС»

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО



Председатель ШМО Голубева  
Е.А.

СОГЛАСОВАНО

Исполнительный директор



Шмакова Н.В.

«29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ЧУОО «Образовательного

центра



Боронина Е.А.

Приказ №26-д от 29.08.2025



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
дополнительного образования  
СТУДИЯ ТАНЦА «ДВИЖЕНИЕ»**

**на 2025/2026 учебный год**

Составитель:  
Шилова З.А.  
учитель Хореографии

**2025/2026 учебный год**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Рабочая программа по хореографии на уровне начального общего образования составлена на основе:

- Требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 02.06.2020).
- Программа разработана с учётом актуальных целей и задач обучения и воспитания, развития обучающихся и условий, необходимых для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов при освоении предметной области «Искусство» (Хореография).
- Основной образовательной программы начального общего образования ЧУОО «Образовательного центра «Лицей Парус»;
- Учебного плана ЧУОО «Образовательного центра «Лицей Парус на 2024-2025 учебный год.
- Рабочей программы воспитания ЧУОО «Образовательного центра «Лицей Парус».

Данная программа является модифицированной и составлена на основе программы по спортивной аэробике по учебному пособию В.Ю. Давыдова, А.И. Шамардина, Г.О. Красновой. Как и опорная программа, она содержит нормативные требования по физической, специальной, хореографической подготовке, учебно-тематический план и содержание курса. Занятия по хореографии, основанные на добровольном выборе учеников, позволят повысить мотивацию к занятиям физической культурой, качественное усвоить необходимые знания, двигательные умения, навыки, способы физкультурной и спортивной деятельности.

Данная программа ориентирована на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Ритмика в начальной школе» и рассчитана на 4 года обучения, при нагрузке – 1 час в неделю.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ХОРЕОГРАФИЯ».**

Воспитательные результаты спортивно-оздоровительной деятельности обучающихся распределяются по двум уровням.

**Результаты первого уровня:** приобретение школьниками знаний о здоровом образе жизни, об оздоровительном значении занятий хореографией; о технике безопасности на занятиях хореографией; о ритмике и использовании ее элементов; о правилах проведения музыкально-ритмических подвижных игр и способах коммуникации со сверстниками.

**Формы достижения результатов первого уровня:** беседа, игры – путешествия, практические занятия, музыкально-ритмические игры.

**Результаты второго уровня:** развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью, к родному Отечеству, к другим людям.

**Формы достижения результатов второго уровня:** практические занятия, конкурсы, соревнования, показательные выступления.

## **ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА.**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ:**

- Воспитывать чувства дисциплины, ответственности, трудолюбия;

- Культивировать уважение к традициям танца и чувство гордости за осознание собственного участия в искусстве хореографии;
- Развивать навыки эстетического восприятия произведений танцевально-хореографического искусства.
- Сформировать навыки коммуникативной культуры поведения во взаимодействии со сверстниками и педагогами.

***МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ:***

- Сформировать навыки овладения хореографическими элементами;
- Способствовать развитию творческого и логического восприятия действительности;
- Воспитать общекультурное и эстетическое понимание мира;
- Анализировать собственные успехи и неудачи, объективно оценивать свои возможности;

***ПРЕДМЕТНЫЕ:***

- Обучить воспитанников начальной ритмической подготовке;
- Сформировать навык музыкального движения;
- Развить чувство ритма и музыкальность;
- Овладеть основными терминами в хореографии;
- Способствовать развитию навыка импровизации.
- Научить концентрации внимания на уроках;
- Улучшить танцевальную выразительность, исполнительность, навык ориентации в пространстве;
- Способствовать развитию физических данных: выносливости, гибкости, выворотности;

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол-во часов (теория)</b>	<b>Кол-во часов (практ.)</b>
1.	Вводное занятие	Беседа, игра на знакомство.		4
2.	Танцевальная гимнастика и базовые движения	Практическое занятие		16
3.	Ритмика и музыкальность	Беседа, практическое занятие		8
4.	Основы классического танца	Беседа, практическое занятие		10
5.	Народный танец	Беседа, практическое занятие		10
6.	Современные танцевальные направления	Беседа, практическое занятие		8

7.	Игра в движении	Практическое занятие		8
8.	Танцевальная композиция	Практическое занятие		4
		<b>Итого:</b>		68

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **1. Вводная часть – 4 ч**

- Правила поведения на занятиях.
- Знакомство с пространством зала.
- Игры на внимание и ритм.

### **2. Танцевальная гимнастика и базовые движения – 16 ч.**

- Осанка, дыхание, шаг, бег, прыжки.
- Координация движений рук и ног.
- Развитие гибкости и выворотности.
- Упражнения по вопросам равновесия.

### **3. Ритмика и музыкальность – 8 ч.**

- Хлопки, притопы, работа с ритмом.
- Простые композиции под музыку.
- Игры на развитие темпа чувства.

### **4. Основы классического танца – 10 ч.**

- Позиции ног и рук.
- Плие, батманы, простые движения на станке.
- Постановка корпуса.

### **5. Народный танец – 10 ч.**

- Русские хороводы, плясовые элементы.
- Элементы других народных танцев (белорусский).
- Простые сценические миниатюры.

### **6. Современные танцевальные направления – 8 ч.**

- Основы джаза, эстрадного и детского современного танца.
- Простые интересные упражнения под популярную музыку.

## 7. Танцевальные композиции и игры – 8 ч.

- Танцы-игры в парах и кругах.
- Постановка этюдов.
- Работа в команде.

## 8. Итоговая часть – 4 ч

- Повторение изученного материала.
- Подготовка итогового выступления.
- Праздничный показ для родителей/школ.

### Ресурсы реализации программы.

- *материально-технические*: спортивный зал, оборудованный необходимым инвентарем; медицинская аптечка; аудио- и видеоаппаратура; фонотека музыкальных произведений;
- *информационно-методический ресурс*: учебно-методическая литература; электронные образовательные ресурсы; сеть Интернет.

### Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных задач:

- проведение открытых уроков для участников образовательного процесса;
- организация танцевальных конкурсов;
- участие в праздничных программах, концертах;

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2025-2026 ГОД

№ урока	Название темы	Дата проведения	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Правила безопасности. Что такое хореография?	01.09.2025	1
2	Музыка и движение. Первые ритмические рисунки	03.09.2025	1
3	Танцевальная гимнастика. Разминка, осанка	08.09.2025	1
4	Гимнастика. Шаг, бег, координация	10.09.2025	1
5	Танцевальная гимнастика. Гибкость и растяжка	15.09.2025	1
6	Гимнастика. Упражнения на пластику	17.09.2025	1
7	Танцевальная гимнастика. Игровые актерские игры	22.09.2025	1
8	Танцевальная гимнастика. Закрепление действий	24.09.2025	1
9	Ритмика. Хлопки, притопы	29.09.2025	1
10	Ритмика. Игры на чувство темпа	01.10.2025	1
11	Ритмика. Простые композиции под музыку	06.10.2025	1
12	Ритмика. Танцевальные игры	08.10.2025	1
13	Основы классического танца. Позиции ног и рук	13.10.2025	1
14	Классический танец. Плие, батманы	15.10.2025	1

15	Классический танец. Работа над корпусом	20.10.2025	1
16	Классический танец. Координация действий	22.10.2025	1
17	Классический танец. Повторение элементов	03.11.2025	1
18	Классический танец. Простые определения	05.11.2025	1
19	Классический танец. Подготовка этюдов	10.11.2025	1
20	Классический танец. Мини-комбинации под музыку	12.11.2025	1
21	Народный танец. Русский хоровод	17.11.2025	1
22	Народный танец. Русские плясовые элементы	19.11.2025	1
23	Народный танец. Народные элементы	24.11.2025	1
24	Народный танец. Белорусские элементы	26.11.2025	1
25	Народный танец. Мини-этюды в кругу	01.12.2025	1
26	Народный танец. Работа в парах	03.12.2025	1
27	Народный танец. Закрепление упражнений	08.12.2025	1
28	Народный танец. Подготовка состава	10.12.2025	1
29	Современные танцы. Основы джаз-танца	15.12.2025	1
30	Современные танцы. Эстрадные элементы	17.12.2025	1
31	Современные танцы. Простые определения	22.12.2025	1
32	Современные танцы. Импровизация	24.12.2025	1
33	Современные танцы. Работа под популярную музыку	12.01.2026	1
34	Современные танцы. Групповые номера	14.01.2026	1
35	Современные танцы. Повторение и закрепление	19.01.2026	1
36	Современные танцы. Подготовка этюда	21.01.2026	1
37	Танцевальные игры. Танцы-игры в парах	26.01.2026	1
38	Танцевальные игры. Танцы-игры в кругу	28.01.2026	1
39	Танцевальная композиция. Постановка этюда	02.02.2026	1
40	Танцевальная композиция.	04.02.2026	1
41	Танцевальная композиция. Мини-спектакль	09.02.2026	1
42	Танцевальная композиция. Повторение	11.02.2026	1
43	Танцевальная композиция. Этюды	16.02.2026	1
44	Танцевальная композиция. Закрепление	18.02.2026	1
45	Повторение. Гимнастика и ритмика	25.02.2026	1
46	Повторение. Элементы классики	02.03.2026	1
47	Повторение. Народные танцы	04.03.2026	1
48	Повторение. Современные направления	11.03.2026	1
49	Повторение. Танцевальные композиции	16.03.2026	1
50	Репетиция. Сценическая культура	18.03.2026	1
51	Репетиция. Работа в группах	30.03.2026	1
52	Репетиция. Итоговый этюд	01.04.2026	1
53	Репетиция. Отработка номеров	06.04.2026	1
54	Репетиция. Музыкально-ритмическая отработка	08.04.2026	1
55	Репетиция. Групповой номер	13.04.2026	1
56	Репетиция. Индивидуальные ролики	15.04.2026	1
57	Репетиция. Работа в парах	20.04.2026	1
58	Репетиция. Танцевальный ансамбль	22.04.2026	1
59	Репетиция. Сведение номеров	27.04.2026	1
60	Репетиция. Общая отработка программы	29.04.2026	1

61	Репетиция. Генеральная репетиция	06.05.2026	1
62	Итоговое занятие. Просмотр концерта внутри группы	11.05.2026	1
63	Итоговое занятие. Итоговое повторение	13.05.2026	1
64	Итоговое занятие. Танцевальные игры	18.05.2026	1
65	Итоговое занятие. Репетиция концерта	20.05.2026	1
66	Итоговое занятие. Концертная постановка	25.05.2026	1
67	Итоговое занятие. Праздничное выступление	27.05.2026	1
68	Итоговое занятие. Подведение итогов, рефлексия	01.06.2026	1

### **Используемая литература.**

1. Басков В. Свободное тело. -М., 2001.
2. Бурбо Л. Слушай свое тело. / Л.Бурбо.- М.: София, 2001.
3. Барышников Т., Азбука хореографии.- М.: Ральф, 2000.
4. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Л.: Искусство, 1983.
5. Васильева Т. Балетноа осанка. Методическое пособие.- М.: Высшая школа изящных танцев.- 2003.
6. Громов Е.С. Природа художественного творчества.- М., 1986.
7. Дункан А. Танец будущего.- М. 1992.
8. Зацепина К., Климов А. Народно — сценический танец. Учебно-методическое пособие.- М.: Искусство 1976.
9. Карпов Н.Уроки сценического движения. -М.,1990.
10. Лисенкова И.Н — Развитие пластики в современных танцевальных ритмах. -М., 1998.
11. Пинаева Е. Образные танцы для детей. Учебно-методическое пособие.- Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
12. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно-методическое пособие.- Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.