Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 54»
города Чебоксары Чувашской Республики
(МБОУ «СОШ №54» г. Чебоксары)

РАССМОТРЕНО:
Педагогическим советом
МБОУ «СОШ №54»
г.Чебоксары,
Протокол №09 от 28.08.2026г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МБОУ «СОШ №54»
г. Чебоксары
_____М.И.Храмова
Приказ от 31.08.2026 №О-110

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по предмету «Хореография» (3-ий год обучения)

направленность: художественная

Программу составила педагог
дополнительного образования
Забродина М.Г.

Возраст обучающихся:9-10 лет
Срок реализации: 1 год

г. Чебоксары
2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по «Хореографии» предназначена для работы с третьими классами. Программа является основой занятий на уроке и обеспечивает реализацию Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и является частью ООП НОО МБОУ «СОШ №54» г. Чебоксары.

Программа «Хореография» сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРЕДМЕТА

Цели:

- формирование у учащихся основ здорового образа жизни;
- воспитание гармонично развитой личности ребенка развитие творческой самостоятельности посредством танцевального искусства;

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому развитию;
- приобщение детей ко всем видам танцевального искусства;
- овладение школой движений;
- раскрытие творческого потенциала;
- воспитание организованности, дисциплинированности, доброжелательного отношения к своим товарищам, чувства ответственности, отзывчивости.

Общая характеристика учебного предмета

Содержание учебного предмета «Хореография» направлено на воспитание, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Базовым результатом образования является освоение учащимися основ музыкально - ритмической деятельности, основ хореографического искусства. Кроме того, предмет «Физическая культура (хореография)» способствует развитию личностных качеств и является средством формирования у учащихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в межпредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности: культуры, искусства.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по хореографии являются:

- умение организовать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в

2. «Партерный экзерсис».
3. «Танец» (классический, народный, бальный).
4. «Беседы по хореографическому искусству».

Основная цель – расширить знания в области народных танцев.

В конце третьего года обучения - дети двигаются технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.
Могут выполнить ритмические упражнения с музыкальным заданием; знают народный станок. Прослушать и сделать простейший анализ танцевальной музыки (определение характера, музыкального размера и строения), исполнять более сложные перестроения. Знать движения народного экзерсиса и правильно исполнять движения в русском характере.

Место учебного предмета в учебном плане:
В соответствии с учебным планом школы на 2026-2027учебный год на изучение данной программы отведен 1 час в неделю:
3 классы – 34 часа: количество учебных недель – 34;
Урок - беседа (раздел «Беседы по хореографическому искусству» - 2.
Учет развитие двигательных качеств 4 раза в год.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Личностные результаты освоения искусства хореографии в основной школе подразумевает:
- гармоничное интеллектуально-творческое развитие;
- развитие художественно-эстетического вкуса, эмоциональной отзывчивости и заинтересованного отношения к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- участие в учебном сотрудничестве и творческой деятельности на основе уважения к творческим интересам сверстников.

Межпредметные результаты освоения искусства хореографии в школе отражают:
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- понимание роли искусства в становлении духовного мира человека, культурно-историческом развитии современного социума;
- самостоятельность при организации содержательного и увлекательного культурного досуга;
- освоение культурных традиций, нравственных эталонов и норм социального поведения;

Предметные результаты освоения искусства хореографии в школе включают:

- освоение основных понятий музыкальной грамоты, расширение музыкального репертуара;
- общее представление о природе искусств и специфике выразительных средств отдельных его видов;
- развитие художественного мышления, творческого воображения, внимания, памяти, в том числе зрительной, слуховой.

На третий год обучения занятия проходят 1 час в неделю, 34 часов в год.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела	3 классы
1.	***Раздел «Ритмика»***	-
2.	***Раздел «Партерный экзерсис»***	-
3.	***Раздел «Танец»***	32
4.	***Раздел «Беседы по хореографическому искусству»***	2
Итого:		**34**

Календарно-тематический план

I четверть

№ урока	Наименование темы урока	практика	теория	3А	3Б	3В	3Г		
1.	***Раздел 4 «Беседы по хореографическому искусству»:*** *«Фольклорные танцы, их особенности»*	-	1						
2.	***Раздел 4 «Беседы по хореографическому искусству»:*** *«Фольклорные танцы, их особенности и костюмы»*	-	1						
3.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений на развитие мышц шеи»; 1*	1	-						
4.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений на развитие мышц шеи»;2*	1	-						
5.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для развития мышц плеча и предплечья»1*	1	-						
6.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для развития мышц плеча и предплечья»2*	1	-						
7.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для развития подвижности локтевого и коленного суставов»;1*	1	-						
8.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для развития подвижности локтевого и коленного суставов»;2*	1	-						
9.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для укрепления мышц спины позвоночника и брюшного пресса»;1*	1	-						
10.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для укрепления мышц спины позвоночника и брюшного пресса»;2*	1	-						
11.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений на выворотность ног».1*	1	-						
12.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений на выворотность ног».2*	1	-						
13.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для эластичности и подвижности мышц бедра и тазобедренного сустава»;1*	1	-						
14.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений для эластичности и*	1	-						

	подвижности мышц бедра и тазобедренного сустава»;2								
15.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений на вытягивание и сокращение стопы»;1*	1	-						
16.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *«Комплекс упражнений на вытягивание и сокращение стопы»;2*	1	-						
17.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц тела»;1*	1	-						
18.	***Раздел 1 «Ритмика»;*** *Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц тела»;2*	1	-						

II четверть

№ урока	Наименование темы урока	практика	теория	3а	3б	3в	3г		
1.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Demi plie, grand plie на I, II и III позициях (плавное и отрывистое)*	1	-						
2.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Demi plie, grand plie на I, II и III позициях (плавное и отрывистое)*	1	-						
3.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *Battement tendu с подъёмом пятки опорной ноги, то же с demi plie и двойным ударом опорной ноги*	1	-						
4.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *Battement tendu с переходом работающей ноги с носка на каблук; то же с plie в III позицию в момент выноса работающей ноги на каблук;*	1	-						
5.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *Battement tendu с подъёмом пятки опорной ноги, то же с demi plie и двойным ударом опорной ноги*	1	-						
6.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *Battement tendu с выносом на каблук.*	1	-						
7.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *Подготовительное упражнение к flic-flac*	1	-						
8.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы*	1	-						

	народного танца» *Упражнения у станка* *то же на croisee и с ударом в пол.*								
9.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Battement tendu jete с акцентом «от себя»,*	1	-						
10.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *тоже с demi plie и с подъёмом опорной ноги.*	1	-						
11.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Упражнения на выстукивание: а) чередование ударов всей стопы с полупальцами;*	1	-						
12.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Упражнения на выстукивание: а) чередование ударов всей стопы с полупальцами;*	1	-						
13.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Упражнения на выстукивание: б) то же с двумя ударами полупальцами. М. р. 2/4, 3/4;*	1	-						
14.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Упражнения на выстукивание: б) то же с двумя ударами полупальцами. М. р. 2/4, 3/4;*	1	-						
15.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Упражнения на выстукивание: в) то же с шагом;*	1	-						
16.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения у станка* *- Упражнения на выстукивание: в) с продвижением вперед, назад по кругу.*	1	-						

IIIчетверть

№ у Рок а	Наименование темы урока	практика	теория	3а	3б	3в	3г		
1.	***Раздел 4 Беседы по хореографическому искусству:*** *«Такие разные танцы»*		1						
2.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u> *- Подготовка к «голубцу» (удар одной стопы о другую): а) ординарный удар одной ногой;*	1	-						
3.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u> *- Подготовка к «голубцу» (удар одной стопы о другую): б) двойной удар одной ногой;*	1	-						
4.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u> *- Подготовка к «голубцу» (удар одной стопы о другую): в) ординарный удар двумя ногами;*	1	-						
5.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u> *- Подготовка к «голубцу» (удар одной стопы о другую): г) двойной удар двумя ногами.*	1	-						
6.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u> *- Grand battement developpe плавное отрывистое.*	1	-						
7.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u> *- Grand battement developpe с одним ударом пятки.*	1	-						
8.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u> *- Grand battement jete на целой стопе, на plie и с подъёмом на полупальцы опорной ноги.*	1	-						
9.	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* <u>*Упражнения у станка*</u>	1	-						

	- Releve на полупальцы в выворотных и невыворотных позициях, на двух и одной ноге. *- Разучивание движений этюда.*								
10.	*Перегибы корпуса различные пор де бра в определенном характере, перегибы корпуса «Голубец» - одинарный в прыжке. Разучивание движений этюда.*	1	-						
11.	*Подготовительное движение к полуприядкам и присядкам. Разучивание движений этюда.*	1	-						
12.	*Прыжок с выносом ноги в сторону на каблук на полуприседании и приседании. Разучивание движений этюда.*	1	-						
13.	*Подскоки на полном приседании. Разучивание движений этюда.*	1	-						
14.	*Полуприсядки с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух. Этюд.*	1	-						
15.	*Полуприсядки с выбрасыванием ноги вперед на каблук. Этюд.*	1	-						

IV четверть

№ урока	Наименование темы урока	практика	теория	3а	3б	3в	3г		
1	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Упражнения на середине зала* *- Упражнения для пластичности корпуса (port de bras, перегибы корпуса,* *наклоны и повороты).* *- Разучивание движений этюда.*	1	-						
2	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *- Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев.* *- Разучивание движений этюда.*	1	-						
3	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *Элементы русского танца* *Простой ход на 1/4 такта.* *- Разучивание движений этюда.*	1	-						
4	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *- Народный шаркающий ход.*	1	-						

	- Разучивание движений этюда.								
5	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *- Переменный шаг на всей стопе.* *- Разучивание движений этюда.*	1	-						
6	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *- Боковой ход (припадание).* *- Разучивание движений этюда.*	1	-						
7	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *- Повороты на месте.* *- Повторение этюда.*	1	-						
8	***Раздел 3 «Танец»,*** *«Основы народного танца»* *- Сценическая форма pas de basque.* *- Разучивание движений этюда.*	1	-						