

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Новолялинского муниципального округа  
«Средняя общеобразовательная школа № 4»  
(МАОУ НМО «СОШ № 4»)**

**ПРИНЯТО**  
Протокол педагогического  
совета от 29.08.25 №1

**СОГЛАСОВАНО**  
Протокол Управляющего  
совета от 29.08.2025 №1

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор МАОУ НМО «СОШ № 4»  
Шешина Т.В.  
приказ  
от 29.08.2025г. № 218/О

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Эстрадный танец»**  
**за курс начального общего образования**  
**2-4 класс**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, ориентировано на развитие физических данных, на формирование необходимых технических навыков, знакомит с достижениями мировой и российской культуры.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Эстрадный танец» реализует художественно-эстетическое направление в 2-4 классах в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования второго поколения.

Программа изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, подкрепленных практическими занятиями и показательными выступлениями. Она ориентирована на развитие творческих способностей ребенка средствами хореографии, формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения хореографическим творчеством.

В основу создания данной программы положены принципы преемственности и синтеза основных хореографических дисциплин – классического и современного эстрадного танцев, партерной гимнастики, ритмики и гимнастики.

Воспитательная цель: «Воспитать человека, гражданина, личность. Воспитать человека, способного решать реальные жизненные проблемы». А проблема воспитания такой личности тесно переплетается с вопросами эстетического воспитания.

**Цель программы:** вовлекать детей в общественно-полезную деятельность, развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей обучающихся, на основе приобретенных комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью танцевального искусства.

### **Задачи программы:**

- ознакомление с историческим развитием танца.
- изучение танцевальной культуры от истоков происхождения до современного танца;
- овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев;
- воспитание музыкального слуха учащихся на лучших образцах музыки прошлых веков;
- формирование художественно-эстетического вкуса, культуры эмпатического общения;
- развить чувство ансамбля (чувство партнерства), двигательнотанцевальные способности, артистизм;
- приобретение учащимися опыта творческой деятельности и публичного выступления;
- обучение детей танцевальному искусству, основываясь на программных движениях.

Рабочая программа «Эстрадный танец» направлена на выявление и развитие творческих способностей каждого ученика приходящего на уроки хореографии. Необходимость знаний, заложенных в программе, обусловлена тем, что первостепенной задачей педагога в процессе обучения стоят воспитательные функции, формирующие интерес к занятиям танцем как потребность воспитания красоты и грациозности фигуры, как условия комфортности общения. Используемые танцевальные движения оказывают положительное влияние на здоровье детей. Воздействуя на мышечную систему, упражнения повышают двигательную активность, улучшается подвижность суставов, происходит восстановление после стрессовых ситуаций.

Отличительной особенностью данной программы является то, что за весь срок обучения учащиеся познакомятся с основными направлениями в танце. Содержание программы адаптировано к возрасту учащихся, их

возможностям. В коллектив принимаются все желающие дети, независимо от степени одаренности и уровня хореографической подготовки.

Таким образом, данная программа предполагает развитие и воспитание не только одарённых детей, но и всех желающих, так как главный педагогический принцип: воспитание и развитие личности в коллективе.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ»**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы начального общего образования отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе, в том числе в части:

Гражданско-патриотического воспитания:

- становление ценностного отношения к своей Родине - России; осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственного воспитания:

- признание индивидуальности каждого человека; проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

Эстетического воспитания:

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству

своего и других народов;

- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);

- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудового воспитания:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия

- в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологического воспитания:

- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих ей вред.

Ценности научного познания:

- первоначальные представления о научной картине мира;
- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты освоения программы начального общего образования должны отражать:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

- 1) базовые логические действия:

- сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

- объединять части объекта (объекты) по определенному признаку; определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

- выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

## 2) базовые исследовательские действия:

- определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

- проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);

- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

– прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях; 3) работа с информацией: выбирать источник получения информации;

– согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

– распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

– соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;

– анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

– самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

– воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

– проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

– признавать возможность существования разных точек зрения; корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

– строить речевое высказывание в соответствии с поставленной



задачей; создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

- готовить небольшие публичные выступления;
- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

2) совместная деятельность:

– формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

– принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

– проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; ответственно выполнять свою часть работы; оценивать свой вклад в общий результат;

– выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

– планировать действия по решению учебной задачи для получения результата; выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

– устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности; корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- самостоятельное выполнение ритмических комбинаций,
- развитие природных хореографических данных учащихся,
- овладение танцевальными навыками, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки),
- развитие чувства ритма,
- умение характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

# СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ»

## 1. Вводное занятие

**Теория.** Цель и задачи на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Расписание.

**Практика.** Выполнение различных упражнений с целью определения уровня растяжки и выворотности ног учащихся.

## 2. Этюды

**Теория.** Беседа «Эмоции, как средство выразительности».

**Практика.** Изучение всех этапов этюдных постановок. Проведение тренинга на развитие эмоциональности исполнения этюдов и развитие эмоциональности исполнений комбинаций. Выполнение ритмических упражнений. Упражнения на развитие внимания, фантазии, памяти. Выполнение упражнений, направленных на развитие ориентации в пространстве. Пространственное передвижение в медленном темпе. Отработка интервала при создании и показе этюда. Создание этюда на заданный педагогом сюжет. Выполнение упражнений на развитие пластики. Работа над эмоциональной выразительностью при показе этюдов.

## 3. Классический танец

**Теория.** Знакомство со специальной терминологией, свойственной классическому танцу. Знакомство с основными принципами исполнения экзерсиса у станка. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика.** Изучение основных элементов классического танца. Развитие силы и выносливости за счет ускорения темпа и нагрузки в комбинациях. Экзерсис у станка, все элементы исполняются на всей стопе, затем на полупальцах: demi-plie, grand-plie, battement tendu, battement

tendujete. Выполнение экзерсиса на середине зала, повторение и отработка пройденного материала.

Выполнение упражнений по диагонали: вращения: fouette и пируэт на месте и с продвижением по диагонали. Работа над увеличением скорости и чистоты исполнения составляющих элементов. Техника безопасности.

#### **4. Гимнастика**

**Теория.** Изучение специальной терминологии, свойственной акробатике. Изучение техники безопасности при выполнении гимнастических элементов.

**Практика.** Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса. Упражнения для развития силы мышц рук. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития мышц спины. Упражнения для развития мышц ног, связок голеностопного сустава. Упражнения для развития выносливости. Упражнения на гибкость и подвижности в суставах. Упражнения для развития координации. Упражнения для укрепления вестибулярного аппарата.

Выполнение физических упражнений в различных режимах физических нагрузок (различные сочетания объема и интенсивности, интервальный и повторный методы, работа в аэробном и анаэробном режимах). Упражнения на развитие специальной прыгучести. Упражнения на улучшение техники разбега.

Элементы акробатики: наклоны туловища из различных исходных положений; «шпагат»; упражнения в «мостах»; перекаты в группировке; стойка на лопатках и на голове; кувырки; стойка на руках; переворот боком, назад, вперед. Соединение различных элементов гимнастики в этюд. Стретчинг. Техника безопасности.

#### **5. Эстрадный танец**

**Теория.** Понятия эстрадного танца в различных интерпретациях.

**Практика.** Овладение техникой эстрадного танца: проучивание основных шагов. Изучение элементов скольжения. Нарботка ритмического рисунка, характерного для эстрадного танца при использовании основных ходов. Пульсация торса. Выталкивающие и вращательные движения бедер. Движения падающего и поднимающегося с пола тела из средних и верхних положений. Раскручивание корпуса. Круговые и вертикальные смещения плеч. Работа рук («круты», хлопки, вращения). Использование всех ранее проученных шагов, туров, пируэтов, прыжков в сочетании с танцевальными комбинациями.

Использование музыки для свободной импровизации учащихся. Сочинение комбинаций для итогового занятия. Техника безопасности.

## **6. Концертная деятельность**

**Практика.** Показательные выступления на праздничных концертах. Участие в конкурсах.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ»

### 2 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации деятельности
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Практическое занятие
2.	Этюды	8	1	7	Организация наблюдения и практические занятия
3.	Классический танец	12	2	10	Организация наблюдения и практические занятия
4.	Гимнастика	16	1	15	Организация наблюдения и практические занятия
5.	Эстрадный танец	26	1	25	Организация наблюдения и практические занятия
6.	Концертная деятельность, контрольные занятия	4	-	4	Концерты, конкурсы, фестивали
	<b>Итого</b>	68	6	62	

### 3-4 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации деятельности
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Практическое занятие
2.	Этюды	16	1	15	Организация наблюдения и практические занятия
3.	Классический танец	24	2	22	Организация наблюдения и практические занятия
4.	Гимнастика	32	2	30	Организация наблюдения и практические занятия
5.	Эстрадный танец	54	1	53	Организация наблюдения и практические занятия
6.	Концертная деятельность, контрольные занятия	8	-	8	Концерты, конкурсы, фестивали
	<b>Итого</b>	136	7	125	