
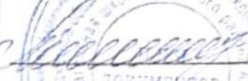
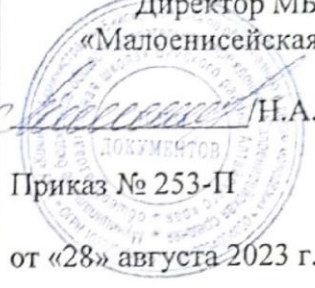


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Малоенисейская средняя общеобразовательная школа»
Бийского района Алтайского края

<p>Рассмотрено на заседании МО протокол № 1 от «28» августа 2023 г.</p>	<p>Согласовано Заместитель директора по ВР МБОУ «Малоенисейская СОШ»  /Прибыткова Ю.С./ «28» августа 2023 г.</p>	<p>Утверждаю Директор МБОУ «Малоенисейская СОШ»  /Н.А. Молчанова/ Приказ № 253-П от «28» августа 2023 г.</p> 
---	--	---

**Рабочая образовательная программа
внеурочной деятельности (ФГОС)
для учащихся 1-4 классов
«Ритмика»**

Направление (спортивно-оздоровительное)

С. Малоенисейское 2023

Пояснительная записка

Направленность программы: Программа «Ритмика» представляет дополнительный образовательный курс спортивно-оздоровительной направленности.

При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные направления, использовалась методическая литература, личный опыт работы.

Данное направление предполагает кружковой уровень освоения знаний и практических навыков, по функциональному назначению – спортивно-оздоровительной, по времени реализации – кратковременной (1 год обучения). Является модифицированной.

Новизна программы: Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях. Содержание материала постепенно усложняется. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей. Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей. Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.

Актуальность программы: Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях.

Педагогическая целесообразность: определена тем, что данная программа ориентирована на приобщение каждого ребенка к музыкально-художественной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Основная цель программы: состоит в углублении и дифференциации восприятия музыки (выделение средств выразительности, формы), её образов и формировании на этой основе навыков выразительного движения. Необходимо обучить детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими, развить координацию, музыкальность, выразительность и мягкость исполнения, развить свою гибкость и выносливость.

Поставленная цель раскрывается в триединстве следующих **задач**:

- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- развивать основы музыкальной культуры;
- развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память);
- учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний, медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т. д.);
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении;
- развивать творческие способности в области искусства танца: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.

Эти задачи решаются при выполнении основного программного требования — соответствия характера движений содержанию и развитию музыкального образа.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной образовательной программы 7–11 лет. Обучающиеся этого возраста способны на высоком уровне усваивать разнообразную информацию о видах танца и разных движений.

Принцип построения программы:

При проведении занятий педагоги придерживаются следующих принципов:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основа танцевальных движений;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Отличительные особенности:

- Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.
- В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.
- Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
- Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки педагогом.
- При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Образовательный процесс имеет ряд преимуществ:

- занятия в свободное время;
- обучение организовано на добровольных началах всех сторон (обучающиеся, родители, педагоги);
- обучающимся предоставляется возможность удовлетворения своих интересов и сочетания различных направлений и форм занятия;
- допускается переход обучающихся из одной группы в другую (по возрасту).

Формы занятий

Одно из главных условий успеха обучения и развития творчества обучающихся – это индивидуальный подход к каждому ребенку. Важен и принцип обучения и воспитания в коллективе. Он предполагает сочетание коллективных, групповых, индивидуальных форм организации на занятиях. Коллективные задания вводятся в программу с целью формирования опыта общения и чувства коллективизма. Результаты коллективного художественного труда обучающихся демонстрируются на разных праздниках школьного уровня и уровня района. Общественное положение результатов художественной деятельности школьников имеет большое значение в воспитательном процессе.

Методы

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной работой.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Режим занятий

Дополнительная образовательная программа внеурочной деятельности младших школьников «Ритмика» рассчитана на 4 года, занятий с детьми возраста 6,5 - 10 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 1 академический час. Объем часов в год составляет с группами 1-ого года обучения – 33 часа, 2-ого года обучения - 34 часа, 3 – го года обучения – 34 часа, 4 года – обучения 34 часа. Продолжительность занятий: - 1 класс – 35 мин, 2 – 4 класс – 40 мин.

Ожидаемые результаты освоения программы:**Результаты первого года обучения:**

- приобретение учащимися представлений о темпе, ритме, амплитуде движений, способности выполнить определённые танцевальные движения;
- приобретение школьниками знаний о правилах групповой работы, основ этикета и грамотной манеры поведения в обществе, представлений об актёрском мастерстве,
- получение сведений о танцах разных народов и различных эпох и формирование позитивного отношения школьника к традициям других народов, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Результаты второго года обучения:

- развитие ценностного отношения школьников к культуре, труду, воспитание чувства сопереживания к товарищам;
- развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни;
- гармонизация развития учащихся, расширение рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца;
- познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора.

Результаты третьего года обучения:

- приобретение опыта публичного выступления;

- зная об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике,
- приобретение умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

Результаты четвертого года обучения:

- в играх действовать самостоятельно, искать выразительные движения, не подражая друг другу; придумывать или выбирать движения в соответствии с характером музыкального произведения.
- в совершенстве исполнять изученные танцевальные композиции различных жанров;
- импровизировать под любое музыкальное произведение;
- доброжелательно и уважительно общаться в коллективе и в своей танцевальной паре; знать основы этики поведения в танцевальном зале,
- совершенствовать полученные знания, умения, навыки в области хореографического искусства

Программа.

1 год обучения.

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия/ форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.	Инструктаж по ТБ для учащихся. Введение в образовательную программу.	1	Введение учащихся в предмет «Ритмика» Знакомство с основными видами хореографического искусства.		Создание атмосферы творчества, пополнение культурологических знаний.
2.	Урок-игра «Давайте познакомимся». Танцевальная игра «Один плюс все!».	1	Знакомство с правилами игры	Проведение танцевальной игры «Один плюс все!».	Воспитывать чувство сотворчества
3.	Упражнения на ориентировку. Игра на внимание «Быстро по местам!».	1	Знакомство с правилами игры	Строиться в круг, колонну, шеренгу	Развивать творческую инициативу
4.	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра	1	Общеразвивающие упражнения	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения	Воспитывать чувство ритма

	«Повтори!»			плечами, руками	
5.	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Потолок - пол».	1	Общеразвивающие упражнения	Наклоны и повороты туловища вправо, влево	Воспитывать чувство ритма
6.	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Танцевальный паровоз!».	1	Общеразвивающие упражнения	Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь.	Воспитывать чувство ритма
7.	Игры под музыку. Танцевальные упражнения: повороты, хлопки, подскоки	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными движениями.	Отработка поворотов, подскоков	Воспитывать чувство ритма, воспитывать упорство и трудолюбие
8.	Игры на внимание. Танцевальная зарядка. Танцевальный этюд «Новогодняя полька».	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными движениями	Отработка элементов танцевального этюда	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства
9.	Танцевальная игра «Один плюс все!». Танцевальный этюд «Пяточка - носочек».	1	Знакомство с правилами игры, знакомство с танцевальными движениями	Отработка элементов танцевального этюда	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства
10.	Перестроения. «Змейка»	1		Перестроение в быстром и медленном темпе, с остановками, на время под различную музыку.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
11.	«Хоровод». Перекаты стопы	1	Показ видеоролика с выступлениями русских		Воспитывать художественного вкуса.

			народных коллективов. Объяснение отличий хоровода от других видов русского танца.		
12.	Перестроения, «Шахматы»	1		Перестроение в быстром и медленном темпе, с остановками, на время под различную музыку.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
13.	Движения на развитие координации.	1	Объяснение педагогом значение координации, ее функции.	Выполнение вслед за педагогом прыжковые упражнения на развитие координации.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
14.	Ходьба с координацией рук и ног	1		Выполнение вместе с педагогом упражнений по кругу в продвижении с использованием рук.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
15.	Бег и подскоки	1	Объяснение педагогом правильного исполнения бега и подскоков.	Исполнение бега и подскоков под музыку различную по темпу, динамике и характеру.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
16.	Упражнения на развитие тела под музыку	1		Исполнение вместе с педагогом упражнений на развитие всех групп	Воспитывать упорство и трудолюбие.

				мышц.	
17.	Элементы гимнастики: пружинные движения ногами.	1	Общеразвивающие упражнения, знакомство с гимнастическими движениями	Исполнение вместе с педагогом пружинных движений ногами.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
18.	Упражнения для развития позвоночника.	1		Исполнение вместе с педагогом волнообразных движений туловищем. Упражнение «Кошечка»,	Воспитывать упорство и трудолюбие.
19.	Закрепление изученных упражнений	1		Работа в группах. Составление учебных комбинаций с использованием изученных движений.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
20.	Упражнения на развитие координации. Танец «Стирка»	1	Постановка тренировочного танца, на развитие координации.	Разучивание танца «Стирка»	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
21.	«Я – герой сказки». Любимый персонаж .	1	Объяснение педагогом понятия имитация, подражание, пантомима.	Самостоятельная работа. Исполнение под музыку сочиненных на уроке подражательных пародий на любимых сказочных героев.	Воспитывать манеру держаться на сцене.
22.	Основные движения, переходы в позиции рук	1	Объяснение и показ педагогом основных позиций рук, их переходы из одной позиции в другую.	Исполнение вслед за педагогом основных позиций рук и их переходы из позиций.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
23.	Элементы народного	1	Показ видеоролика с	Исполнение вместе с	Воспитывать упорство и

	танца: ковырялочка.		исполнением народного танца. Объяснение и показ педагогом правильного исполнения простейшего элемента народного танца – ковырялочки.	педагогом ковырялочки.	трудолюбие.
24.	Музыкально-ритмические игры: «Коршун и курица»	1	Знакомство с правилами музыкально – ритмической игры «Коршун и курицы», направленную на развитие внимания и ловкости.	Играют в игру на развитие ловкости и внимания.	Воспитывать внимание и ловкость.
25.	Музыкально-ритмическая игра: «Магазин игрушек».	1	Знакомство с правилами игры «Магазин игрушек» направленную на развитие артистизма и снятия «зажатости»	Играют в игру «Магазин игрушек» изображая живые игрушки.	Воспитывать артистизм, коллективизма, взаимопомощи.
26.	Упражнения на выстукивание под музыку.	1	Показ правильного исполнения выстукиваний.	Выстукивание прозвучавших мелодий. Их темп, ритм, характер.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
27.	Отработка упражнений.	1		Исполнение разученных упражнений под музыку в более быстром темпе.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
28.	Закрепление изученного.	1		Исполнение разученных упражнений самостоятельно, без наставничества педагога. А разных темпах.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
29.	Общеразвивающие упражнения.	1		Исполнение вместе с педагогом упражнений на	Воспитывать упорство и трудолюбие.

				развитие всех групп мышц.	
30.	Общеразвивающие упражнения: перекаты стопы.	1		Исполнение упражнений для развития стопы (профилактики плоскостопия).	Воспитывать упорство и трудолюбие.
31.	Геометрические композиции фигур (коллективные).	1	Рассказ педагога и показ схематических фигур наиболее используемых в постановке танца.	Работа в группах. Составление маленьких этюдов с использованием разученных композиций фигур.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
32.	Музыкально-ритмическая игра: «Я и мир вокруг».	1	Знакомство с правилами игры, направленной на развитие артистизма, чувства ритма.	Играют в музыкально – ритмическую игру с использованием различного музыкального материала	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, внимания и артистизма.
33.	Многообразность и необычность движений. Игра «Волк и Заяц».	1	Знакомство с правилами игры.	Изображая животных двигаются в характере музыки.	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, внимания и артистизма.

2 год обучения.

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия/ форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.	Инструктаж по ТБ для учащихся. Вводный урок. Урок-путешествие в мир танца.	1	Введение учащихся в предмет «Ритмика» Знакомство с основными видами хореографического искусства.	Просмотр презентации «Мир танца».	Создание атмосферы творчества, пополнение культурологических знаний.
2.	Урок-игра «Давайте познакомимся». Танцевальная игра «Один плюс все!».	1	Знакомство с правилами игры	Проведение танцевальной игры «Один плюс все!».	Воспитывать чувство сотворчества
3.	Упражнения на ориентировку. Игра на внимание «Быстро по местам!».	1	Знакомство с правилами игры	Строиться в круг, колонну, шеренгу	Развивать творческую инициативу
4.	Танцевальное приветствие. Позиции рук: I, II, III, подготовительное. Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Повтори!»	1	Знакомство с позициями рук, знакомство с правилами игры	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами, руками	Воспитывать чувство ритма, развивать творческую инициативу
5.	Ритмико-	1	Знакомство с позициями	Наклоны и повороты	Воспитывать чувство ритма

	гимнастические упражнения. Позиции ног: I, II, III, V, VI. Игра «Потолок - пол».		ног, знакомство с правилами игры	туловища вправо, влево	
6.	Ритмико-гимнастические упражнения. Постановка корпуса, рук, ног. Игра «Танцевальный паровоз!».	1	Знакомство с понятием постановка корпуса, знакомство с правилами игры	Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь.	Воспитывать чувство ритма
7.	Игры под музыку. Танцевальные упражнения: повороты, хлопки, подскоки. Положение «Деми - плие» по I, II, III позициям (полуприседание).	1	Знакомство с понятием деми-плие	Отработка танцевальных движений	Воспитывать чувство ритма, воспитывать упорство и трудолюбие
8.	Игры на внимание. Танцевальная зарядка. Танцевальный этюд «Новогодняя полька». Положение «Гранд - плие» по I, II, III, позициям	1	Знакомство с понятием гранд-плие	Отработка танцевальных движений	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства

9.	Танцевальная игра «Один плюс все!». «Релевэ» по VI позиции (подъём на полупальцы) Танцевальный этюд «Пяточка носочек».	1	Знакомство с понятием релевэ, знакомство с правилами игры	Отработка танцевальных движений	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства
10.	Переменный шаг.	1	Объяснение и показ педагогом переменного шага.	Выполнение вместе с педагогом переменного шага вперед и назад. Танцевальное упражнение «Конькобежцы».	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
11.	Приставной шаг.	1	Объяснение и показ педагогом приставного шага.	Выполнение приставного шага. Танец «па де грасс»	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
12.	Галоп.	1	Объяснение и показ педагогом шага галопа.	Выполнение шага галопа вперед, назад и в сторону. Работа над шагом галопа в парах по кругу.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
13.	Подскоки.	1	Показ педагогом правильного исполнения подскоков.	Исполнение подскоков индивидуально, в парах, группах.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
14.	Определение такта в музыке.	1	Объяснение понятия «такт».	Выполнение музыкально – ритмических заданий на определение сильных и слабых долей муз. произведения.	Воспитывать художественного вкуса.
15.	Определение темпа музыкальной	1	Объяснение педагогом понятия «темп».	Исполнение одного и того же упражнения в	Воспитывать внимание.

	композиции.			различном темпе. Игра «Передача мяча по кругу».	
16.	Ускорение темпа движений (ачелерендо)	1		Исполнение упражнений в умеренном темпе с постепенным ускорением до быстрого темпа.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
17.	Замедление темпа движений (ритардандо)	1		Исполнение упражнений в умеренно темпе с постепенным замедлением темпа.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
18.	Характер танцевальной музыки (динамические оттенки).	1	Объяснении понятия «динамические оттенки». Виды динамических оттенков в муз.произведениях.	Выполнение различных упражнений под резкое изменение силы звучания муз.произведения. муз.игра «Запев, припев»	Воспитывать внимание.
19.	Ходьба с координацией рук и ног.	1		Исполнение ходов под различную музыку с разным темповом окрасом, при этом выполняя руками упражнения, а корпусом - повороты.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
20.	Плавность движений.	1		Исполнение вместе с педагогом плавных движений под музыку, направленных на развитие растяжки ног, корпуса.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
21.	Закрепление изученных упражнений. Игра «Я	1		Каждый ученик выступает в роли педагога и показывает остальным	Воспитывать внимание, упорства и трудолюбия, чувства товарищества.

	– учитель»			упражнения на определенную группу мышц, остальные повторяют.	
22.	Элементы народного танца: хоровод.	1	Просмотр видеороликов ансамбля «Березка». Объяснение понятия «хоровод», его возникновение, виды.		Воспитывать художественного вкуса.
23.	Элементы народного танца: пляска парная	1	Показ видеоролика с исполнением парной пляски.	Выполнение народных движений в парах.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
24.	Элементы народного танца: перепляс.	1	Показ видеороликов с исполнением перепляса. Объяснением отличий перепляса от других видов народного танца.		Воспитывать художественного вкуса.
25.	Элементы народного танца: массовый пляс.	1	Показ видеоролика с исполнением массовой пляски.	Исполнение классом простейших танцевальный народных движений синхронно.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
26.	Элементы народного танца: ковырялочка.	1	Объяснение и показ педагогом элемента русского народного танца «ковырялочка»	Исполнение «ковырялочки» вместе с педагогом и самостоятельно.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
27.	Элементы народного танца: елочка.	1	Объяснение и показ педагогом элемента русского народного танца «елочка».	Исполнение «елочки» вместе с педагогом и в комбинациях.	Воспитывать упорство и трудолюбие.

28.	Отработка упражнений.	1		Самостоятельное исполнение элементов народного танца.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
29.	Закрепление изученного.	1	Постановка учебного этюда на материале русского народного танца пройденного ранее.	Разучивание учебного этюда в народном характере.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
30.	Общеразвивающие упражнения.	1		Исполнение вместе с педагогом упражнений направленных на развитие всех групп мышц.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
31.	Общеразвивающие упражнения: плавная ходьба на носочках.	1	Рассказ педагога о ходьбе в танце.	Исполнение вместе с педагогом шагов на носочках под музыку.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
32.	Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные).	1	Составление учебных этюдов с использованием композиции фигур.	Исполнение и разучивание этюдов.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, художественного вкуса.
33.	Композиция танца: экспозиция, завязка, развитие танца.	1	Объяснение значения завязки и развития в постановке танца. Просмотр балета «Щелкунчик»	Определение завязки и развития на примере балета «Щелкунчик»	Воспитывать художественного вкуса.
34.	Подведение итогов.	1		Самостоятельно исполнение танцевальных этюдов и упражнений разученных в течении года.	Воспитывать самостоятельность.

3 год обучения.

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия/ форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.	Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности	1	Уметь соблюдать правила техники безопасности. Просмотр видеороликов известных хореографических коллективов	Построение и перестроение в линии.	Создание атмосферы творчества, пополнение культурных знаний.
2.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	Определение действий таких как: хлопки, выстукивания, притопы, их виды.	Ритмичное исполнение различных мелодий.	Воспитывать трудолюбие.
3.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	1	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.	Повороты, перегибы и наклоны корпуса в правую и левую сторону, под руководством педагога и самостоятельно.	Воспитывать желание добиваться поставленной цели.

4.	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс	1	Объяснить как должна располагаться фигура относительно зрителя. Что такое ракурс. Кто такой зритель и кто такой исполнитель. В чем их разница.	Разучить наиболее используемые танцорами позы, в конце и в течении танца.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
5.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы	1	Просмотр видеороликов с исполнением танцев народным коллективом Игоря Моисеева	Основные ходы русского народного танца.	Познакомить с танцами народов РФ, воспитание толерантности.
6.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	1	Показ и объяснение педагогом позиции рук в хореографии.	Разучивание и исполнение позиции рук в классической хореографии.	Воспитание трудолюбие.
7.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1	Объяснение и показ слайдов с ритмическими схемами и их видами.	Научить составлять небольшие танцевальные комбинации в группах по схеме.	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.
8.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1	Показ педагогом упражнений с мячом, платком и обручем под музыку соблюдая ритм.	Повторение упражнений с предметом за педагогом в заданном ритме.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
9.	Упражнения на определение такта в музыке.	1	Объяснение педагогом понятия «такт» и «размер»	Прослушивают муз. произведения размером 2/4, 3/4 и 4/4, хлопками и притопами отражают сильную долю такта и слабую.	Воспитывать внимание.

10.	Упражнения на определение темпа музыкальной композиции.	1	Объяснение педагогом понятия «темп», обозначение муз. темпов, основные виды темпов.	Выполнение движений по кругу в заданном педагогом муз. темпе.	Воспитывать внимание.
11.	Танцевальные движения в разном темпе.	1		Выполнение упражнений в заданном темпе. Упражнения на смену темпа	Воспитывать упорство и трудолюбие.
12.	Характер танцевальной музыки (динамические оттенки).	1	Объяснение понятия «динамические оттенки». Виды динамических оттенков в муз. произведениях.	Выполнение различных упражнений под резкое изменение силы звучания муз. произведения. муз. игра «Запев, припев»	Воспитывать внимание.
13.	Координация движений.	1		Исполнение вместе с педагогом танцевальных движений направленных на развитие координации.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
14.	Плавность движений.	1		Исполнение вместе с педагогом гимнастических элементов направленных на развитие плавности и мягкости движений.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
15.	Закрепление изученных упражнений.	1		Самостоятельное исполнение разученных упражнений и танцевальных движений.	Воспитывать упорство и трудолюбие, самостоятельность.
16.	Жанры музыки: марш.	1	Прослушивание музыкального материала в темпе марша, объяснение его особенностей и отличий от других танцевальных произведений. Просмотр	Маршевый шаг, маршировка под музыку, построение и перестроение.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.

			видеоролика с исполнением марша.		
17.	Жанры музыки: песня.	1	Прослушивание песен разных жанров. Объяснение педагога отличий песни от мелодии и танца.		Воспитывать внимание.
18.	Жанры музыки: танец.	1	Рассказ о танце, его возникновении и развитие, показ презентации о танце и его видах.	Разучивание танцевальной комбинации.	Воспитывать внимание.
19.	Актерская выразительность	1	Показ хореографических номеров с использованием пантомимы. Объяснение правил игры «Невыдуманный зверь »	Индивидуальная и групповая работа по подражанию различным предметам и существам в соответствии с характером и темпом музыки.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, артистизма, художественного вкуса.
20.	Упражнения в актерской выразительности	1	Игра «выдуманный зверь»	Индивидуальная и групповая работа по подражанию различным предметам и существам в соответствии с характером и темпом музыки.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, артистизма, художественного вкуса.
21.	Основные движения русского танца: хороводный шаг.	1	Просмотр видеороликов ансамбля «Березка». Объяснение понятия «хоровод», его возникновение, виды.	Постановка танцевального этюда – Хоровод.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
22.	Основные движения русского танца: переменный ход.	1	Показ видеоролика ансамбля «Березка». Объяснение и показ педагогом переменного шага.	Выполнение вместе с педагогом переменного шага, медленно, в темпе , с использованием рук и поворотов корпуса, головы.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
23.	Вращения на месте.	1	Объяснение и показ педагогом правильного исполнения	Выполнение вращений у опоры (хореографического станка) в	Воспитывать упорство и трудолюбие.

			вращений на месте.	медленном темпе, затем без него.	
24.	Веревочка, присядки.	1	Объяснение и показ педагогом женской веревочки и мужской – присядки в русском характере.	Исполнение веревочки (девочки), присядки (мальчики)	Воспитывать упорство и трудолюбие.
25.	Элементы народного танца: кадрили квадратная.	1	Показ видеоролика с исполнением кадрили квадратной. Разводка квадратной кадрили.	Исполнение учебного этюда на материале квадратной кадрили.	Воспитывать художественного вкуса.
26.	Элементы народного танца: кадрили линейная.	1	Просмотр видеоролика с исполнением линейной кадрили. Разводка линейной кадрили.	Нахождение отличий между квадратно и линейной кадрилию. Исполнение учебного этюда на материале линейной кадрили.	Воспитывать художественного вкуса.
27.	Элементы народного танца: кадрили круговая.	1	Просмотр видеоролика с исполнением круговой кадрили. Показ видеонарезок с различными видами кадрили (квадратно, линейной, круговой)	Нахождением отличий в видеонарезках между видами кадрилией. Исполнение разученных ранее кадрилией.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, упорства и трудолюбия, художественного вкуса.
28.	Отработка упражнений.	1	Корректировка движений.	Самостоятельное исполнение разученных ранее кадрилией.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
29.	Закрепление изученного.	1		Самостоятельное исполнение разученных ранее кадрилией. Работа в группах. Сочинение какого либо вида кадрили.	Воспитывать упорство и трудолюбие, художественного вкуса.
30.	Классический танец: вальс. Разучивание шагов.	1	Показ видеоролика с исполнением вальса. Рассказ о возникновении вальса, его темпе, ритме. Показ базовых шагов.	Выполнение вальсовых шагов без музыкального сопровождения, по квадрату в медленном темпе.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
31.	Классический	1		Выполнение вальсовых шагов по	Воспитывать манеру

	танец: вальс. Отработка шагов.			кругу в различных темпах.	держаться на сцене, танцевальный этикет.
32.	Классический танец: фигурный вальс.	1		Выполнение вальсовых шагов в парах по кругу. Постановка танцевального номера.	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.
33.	Классический танец: фигурный вальс. Закрепление.	1		Исполнение фигурного вальса в парах по кругу с использованием статических поз.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
34.	Подведение итогов.	1		Самостоятельное исполнение разученных в течении года упражнений и учебных этюдов.	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, самостоятельности.

4 год обучения.

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия/ форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1	Организационный урок. Введение. Инструктаж по технике безопасности.	1	Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению. Уметь соблюдать правила техники безопасности.	Просмотр видеороликов известных хореографических коллективов. Построение и перестроение в линии.	Создание атмосферы творчества, пополнение культурных знаний.
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	1	Определение действий таких как: хлопки, выстукивания, притопы, их виды.	Ритмичное исполнение различных мелодий.	Воспитывать трудолюбие.
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	Определение действий таких как: хлопки, выстукивания, притопы, их виды.	Ритмичное исполнение различных мелодий.	Воспитывать трудолюбие.
4	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	1	Показ педагогом ритмического рисунка прозвучавшей мелодии по средствам хлопков	Развить музыкальный слух.	Воспитывать упорство и трудолюбие.

5	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне	Повороты, перегибы и наклоны корпуса в правую и левую сторону, под руководством педагога и самостоятельно.	Воспитывать желание добиваться поставленной цели
6	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1	Объяснение значения танцевальных точек в хореографии. пока упражнений выполняемых по диагонали.	Самостоятельное нахождение танцевальных точек в зале. Работа над координацией тела.	Воспитание трудолюбие.
7	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	Показа высоты шага педагогом и объяснение о необходимости равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.	Равномерное распределение тяжести веса на обе опорные ноги, на одну опорную ногу.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
8	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка.	1	Подход к хореографической терминологии.	Повторение упражнений за педагогом. Работа над высотой шага и силой ног.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
9	Первый танцевальный элемент «Крест».	1	Объяснение и показ педагогом движения «крест» для рук, головы и ног.	Умение пользоваться движением «Крест» для рук, головы, ног.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
10	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками.	1	Объяснение и показ педагогом упражнений изолированных частей тела. Правильная постановка корпуса. Работа над выразительностью (не	Постановка корпуса, работа над выразительностью взглядом. Повтор упражнений за педагогом.	Воспитывать упорство и трудолюбие

			направлять взгляд в пол)		
11	Разучивание позиций рук и ног.	1	Показ презентации и рассказ педагога о классических позициях рук и ног в хореографии.	Разучивание классических позиций рук и ног.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
12	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	1	Показ педагогом правильного исполнения наклонов в разные стороны.	Повороты, перегибы и наклоны корпуса в правую и левую сторону, под руководством педагога и самостоятельно.	Воспитывать желание добиваться поставленной цели
13	Гимнастические элементы.	1	Объяснение о правильном исполнении гимнастических элементов	Выполнение гимнастических элементов: мостик, шпагат, корзинка и т.д.	Воспитывать чувство самостоятельности.
14	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	1	Показ ритмических упражнений на примере новогодних игр.	Разучивание ритмических новогодних игр в группах, парах, всем коллективом.	Воспитание художественного вкуса
15	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1	Объяснение и показ презентации на тему «Дыхание. Как правильно дышать»	Выполнение упражнений на дыхание.	Воспитывать чувство самостоятельности.
16	Урок-игра	1	Увлечь танцевальными играми.	«Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).	Создание атмосферы творчества, воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.

17	Аэробика.	1	Увлечь детей занятиями аэробикой. Рассказ о направлениях спорта связанных с хореографией.	Повтор упражнений вслед за педагогом под ритмичную музыку.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
18	Аэробика.	1	Увлечь детей занятиями аэробикой. Рассказ о направлениях спорта связанных с хореографией.	Повтор упражнений вслед за педагогом под ритмичную музыку.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
19	Аэробика.	1	Увлечь детей занятиями аэробикой. Рассказ о направлениях спорта связанных с хореографией.	Повтор упражнений вслед за педагогом под ритмичную музыку.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
20	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	1	Рассказ и показ презентации о бальном танце, когда и где возник, как развивался.	Разучивание базовых шагов историко – бытовых танцев.	Воспитание чувства уважения к партнеру и бережного отношения.
21	Партнер и партнерша. Разучивание танца в паре.	1	Показ педагогом фигур танца в паре и схематично.	Исполнение фигур танца в паре, сочинение комбинаций фигур в паре.	Воспитание чувства уважения к партнеру и бережного отношения.
22	Партнер и партнерша. Разучивание танца в паре.	1	Показ педагогом фигур танца в паре и схематично.	Исполнение фигур танца в паре, сочинение комбинаций фигур в паре.	Воспитание чувства уважения к партнеру и бережного отношения.
23	Гимнастика Parter.	1	Проверка знаний по материалу пройденному за год.	Проверка умений по материалу пройденному за год.	Воспитание художественного вкуса.
24	Гимнастика Parter.	1	Проверка знаний по материалу пройденному за	Проверка умений по материалу пройденному за	Создание атмосферы творчества, воспитывать

			год.	год.	упорство и трудолюбие.
25	Игровые двигательные упражнения с предметами	1	Развитие двигательной активности. Объяснение игровых упражнений с предметом построенных на подражании.	Выполнение игровых двигательных упражнений с предметами.	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
26	Элементы украинского танца: базовые шаги, ковырялочка, присядки.	1	Просмотр видеоролика с исполнением украинских народных танцев («Гапак»). Показ основных движений и постановка учебного этюда на украинском материале.	Разучивание учебного этюда в украинском характере.	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие, создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
27	Отработка учебного этюда на украинском материале.	1	Коррекция ошибок.	Самостоятельное исполнение этюда. Работа над характером исполнения.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
28	Элементы белорусского танца: основные ходы, моталочка, трюки (мужской класс).	1	Просмотр видеоролика с исполнением белорусского танца «Лявониha». Показ основных движений. Постановка учебного этюда на белорусском материале.	Разучивание учебного этюда в украинском характере.	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие, создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
29	Отработка учебного этюда на белорусском материале.	1	Коррекция ошибок.	Самостоятельное исполнение этюда. Работа над характером исполнения.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
30	Элементы молдавского танца: основной	1	Просмотр видеоролика с исполнением молдавских танце «Хора»,	Разучивание учебного этюда в молдавском характере.	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие,

	ход, ронд де жамп партер, па де буре.		«Молдависянка». Показ основных движений. Постановка учебного этюда на молдавском материале.		создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
31	Отработка учебного этюда на молдавском материале.	1	Коррекция ошибок.	Самостоятельное исполнение этюда. Работа над характером исполнения.	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
32	Закрепление пройденного материала.	1		Самостоятельное исполнение упражнений пройденных за учебный год.	Воспитывать упорство и трудолюбие.
33	Закрепление пройденного материала.	1		Исполнение всех учебных этюдов.	Воспитание художественного вкуса.
34	Контрольный урок.	1	Закрепление знаний и умений по материалу пройденному за год.	Самостоятельная работа по сочинению этюдов, с соблюдением музыкального ритма, темпа, настроения и характера.	Воспитывать желание добиваться поставленной цели

Ресурсное обеспечение занятий:

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи,
- специальная форма и обувь для занятий

Список литературы

1. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. – М.,1999г.
2. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Выпуск 1. -М.,1972г.
3. Г. Франио, И. Лифиц. Методическое пособие по ритмике. Для 1 класса музыкальной школы. – М., 1987г.
4. https://ildshi.krd.muzkult.ru/media/2020/04/05/1252235917/Xoreograficheskaya_terminologiya_Bizyuk_E.Yu.pdf .
5. В.А. Звездочкин. Классический танец: Учебное пособие. -М., 2011г.
6. И.Э. Бриске. Основы детской хореографии: Учебное пособие. – Ч., 2013г.