

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 179

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 179
_____ О.В. Худякова

«__» _____ 20__ г.

Рабочая программа
Мигалатий Ольги Павловны, педагога дополнительного образования
Ритмика
1 – 4 классы
Срок реализации программы 3 года

Возраст воспитанников от 7 до 10 лет

Программа составлена на основании «Учите детей танцевать» авторы Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В.;
«Учимся танцевать» автор Джим Холл; «Школа танцев для детей» автор Савчук О.

Направленность: Художественно-эстетическая

г. Екатеринбург - 2017 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

В разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика» использованы следующие нормативно- правовые документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 № 1726-р).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
4. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Методические рекомендации МОиН РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г. (№09-3242)
6. Локальный акт «Положение о разработке, порядке утверждения, реализации и корректировки общеобразовательных программ»
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 г. N 613н;
8. Стратегия развития воспитания Свердловской области до 2025г.;
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года";
10. Федеральная целевая программа развития образования на 2016 - 2020 годы.
11. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях (приложение к письму Минобрнауки России от 11.06.15 № 30-15-433/16).
12. Конвенция ООН о правах ребенка.
13. Устав МБОУ СОШ № 179

1. Пояснительная записка

Работа с детским хореографическим коллективом **направлена** на повышение культурного уровня учащихся, расширения их кругозора, развития творческого отношения к искусству, к своим занятиям.

Актуальность. Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость. Занятия детей танцами позволяет решить одну из самых актуальных для сегодняшнего дня задач – создание условий для формирования личности ребёнка, овладению общечеловеческими нормами нравственности, развитию интеллигентности, креативности, адаптивности, чувства собственного достоинства, ответственности в поступках, «самостроительства».

Педагогическая целесообразность. Современный мир стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело” находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный образовательный процесс в клубе по месту жительства.

В старшем дошкольном и младшем школьном возрасте, ребенок чаще всего имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Новизна программы состоит в соединении в образовательном процессе ритмики и танца. Они способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Широкое вовлечение в образовательный процесс родителей: присутствуют на занятиях, оказывают материальную поддержку, сопровождают детей в концертных и конкурсных поездках, активно участвуют в мероприятиях школы, клуба по месту жительства «Северка», ДШИ №8, п. Северка. Занятия направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Эффективность образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку

двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Как и всякое искусство, танец доставляет ни с чем не сравнимое удовольствие. Именно в танце можно познать свой дух, своё тело и выразить все свои чувства. Преодолевая трудности, тренируя тело, человек познаёт красоту танцевального творчества.

В данной программе заложены возможности предусмотренного стандартом формирования у обучающихся **универсальных учебных действий**.

УУД в процессе освоения предмета «Ритмика»

В составе основных видов универсальных учебных действий можно выделить ключевые блоки: личностные действия, познавательные действия, регулятивные действия, коммуникативные действия, знаково-символические действия.

Личностные действия – обеспечивают ценностно – смысловую ориентацию учащегося (знание моральных норм, умение соотносить и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения).

Включает в себя 3 понятия:

1. Личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
2. Смыслообразование – установление связи между целью учебы и ее мотивом, т.е. ради чего осуществляется учебная деятельность;
3. Нравственно – этическая обеспечивающего личностный моральный выбор.

Личностные учебные действия по предмету «Ритмика» выражаются в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию; в формировании ценностно – смысловых ориентаций и духовно – нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма.

Регулятивные действия – обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности.

К ним относятся: целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил, к определению препятствий.

В изучении предмета «Ритмика» важно ясно представлять цель предмета, а именно, что музыкально – ритмические движения, представляющие танцевальное искусство, – это мысль, выраженная в виде движений, которые провозглашают духовно – нравственные ценности человечества.

Познавательные универсальные действия включает в себя:

- общеуниверсальные действия (выделение и формулирование познавательной цели, поиск информации, структурирование знаний, выбор наиболее эффективного способа решения задач, рефлексия способов действия, контроль и оценка процесса, постановка проблемы, моделирование);

- логические универсальные действия (анализ объектов выделения признаков, синтез, классификация объектов, установление причинно– следственных связей, логическая цель рассуждений, доказательство, выдвижение гипотез и их

обоснование);

- постановка и решение проблемы (формирование проблемы, самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера).

Приобщение к шедеврам мирового танцевального искусства – классическому, народному бальному танцу – способствуют формированию целостной художественной культуры мира, воспитанию патриотических убеждений, толерантности жизни в поликультурном обществе, развитию творческого, символического, логического мышления, воображения, памяти и внимания, что в целом активизирует познавательное и социально-развитие учащегося.

Коммуникативные учебные действия – обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участие в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное сотрудничество.

Коммуникативные учебные действия предмета «Ритмика» - формируют умения слушать, способность встать на позицию другого человека, участвовать в обсуждении, значимых для каждого человека проблем жизни и продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Моделирование, как учебное действие (знаково – символические действия).

Моделирование – преобразование объекта из чувственной формы в модель, где выделены существенные характеристики объекта (пространственно

– графические или знаково – символические).

С точки зрения предмета «Ритмика» является понятие моделирование как универсальное учебное действие. Потребность общества в личности новотипа – творчески активной и творчески мыслящей, несомненно, будет возрастать по мере совершенствования социально – экономических и культурных условий жизни. Используя возможности и средства искусства, можно достаточно успешно влиять на формирование личности младшего школьника, его нравственных представлений, чувств, эмоций. Эмоции влияют на функции органов и тканей организма, а, следовательно, сказываются на нашем здоровье. От них во многом зависит наше отношение к людям, к окружающей действительности.

Отличительные особенности данной программы.

Между программой подготовки профессионального танцора, реализуемой в специальных учебных заведениях и программой дополнительного образования для детей существует колоссальная разница.

Моя программа по «Ритмике» отличается от этих программ, подходом к системе дополнительного образования. Каждый ребенок имеет индивидуальную форму развития и претендует на право валеологического сопровождения его индивидуального маршрута. Не учащиеся должны адаптироваться к системе образования и воспитания, а программы и методы обучения должны принаравливаться к ребенку и формировать у него осознанную мотивацию к получению знаний и развитию собственного здоровья.

При разработке своей программы я учитывала способности учащихся, их индивидуальные и возрастные особенности. Моя программа предусматривает работу с любыми детьми, с разными физическими данными, отсутствует отбор детей по их одарённости. Идёт направленность на эстетическое воспитание, а не на профессионализм.

Личностно – ориентированный подход к ребёнку в образовательном процессе является основным звеном в работе танцевального кружка. У детей есть право выбора оценить по-своему всё, что происходит вокруг него. Ребёнок «не винтик», который должен научиться всему, что ему предлагают, а личность, способная под руководством педагога к саморазвитию и самореализации.

Личностные отношения являются важнейшим фактором, определяющим результаты учебно– воспитательного процесса, в основе которого:

- Любовь к детям, заинтересованность в их судьбе;
- Сотрудничество, мастерство общения;
- Отсутствие принуждения;
- Терпимость к детским недостаткам;
- Вера в ребёнка;
- Демократизация отношений;
- Стиль отношений.

Программа предполагает 3-х летнее обучение. Она рассчитана на детей от 7 до 10 лет. Включает в себя ритмику и комплексное обучение хореографии: сочетание классического и народного танца.

Цель:

создание условий для приобщения к общей эстетической и танцевальной культуре, через занятия в кружке «Ритмика».

Задачи:

Предметные:

- обучить детей основам хореографии;
- повторить и закрепить правила выполнения русских танцевальных движений для третьего года обучения;

- развивать чувство ритма, музыкальность при выполнении движений;
- развивать умения самостоятельно перестраиваться из одних танцевальных рисунков в другие и держать интервалы.

Метапредметные:

- познавательные: формировать положительное отношение к процессу познания, умение ставить познавательную цель.
- регулятивные: развивать навыки самоконтроля, волевой саморегуляции (контроль поведения, правильности выполнения упражнений, контроль ситуации успеха, неуспеха)
- коммуникативные: воспитывать умение вести себя в группе во время движения, формировать чувство такта и культурных привычек в процессе группового взаимодействия, сотрудничества.
- личностные: способствовать осознанию связи, между изучаемым материалом с жизнью и применение его в других сферах.

Личностные:

- воспитывать бережное отношение, уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму;
- сформировать систему ценностей традиционной отечественной культуры
- развивать танцевальные умения и навыки;
- формировать русскую манеру в исполнении;
- развивать умения ориентироваться в пространстве и работать в паре;
- воспитывать трудолюбие и выносливость.

Характеристика образовательного процесса

Основными принципами обучения являются:

- Принцип сознательности и активности;
- Принцип систематичности;
- Принцип доступности и последовательности;
- Принцип наглядности;
- Принцип результативности;
- Принцип связи теории с практикой.

Основной принцип построения учебного процесса – принцип связи теории с практикой и принцип наглядности. Теория воплощается на практике на занятиях. Это поможет повысить у воспитанников уровень воспитания и духовную культуру.

Принцип наглядности помогает точно воспроизвести все движения и рисунки танца.

Программа составлена по принципу «от простого к сложному».

Основными методами работы с детьми являются показ и словесно – образное объяснение. Чтобы создать предварительное представление о следующем движении, которое будет изучено, его следует показать и назвать.

Принцип результативности – проверка достижения целей и задач, поставленных в программе.

Особое внимание обращено на формирование правильной осанки обучающихся. Занятия насыщены разнообразными упражнениями на равновесие, акробатическими элементами, что способствует более эффективному совершенствованию двигательных способностей детей.

Возрастные особенности воспитанников. Ведущие формы и виды деятельности.

Правильный отбор детей для обучения танцу и успешное решение задач учебно-воспитательной работы возможны только при тщательном изучении их анатомо-физиологических и психологических особенностей. Это позволяет делать меньше ошибок при приеме. Дифференцированный подход к детям с разным уровнем возрастного развития в процессе обучения и воспитания может дать значительный педагогический эффект.

Программа ориентирована на детей и подростков 7 – 15 лет, проявляющих интерес и способности к хореографии, искусству танца. Выбор форм, методов и видов деятельности в учебной группе определяется с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Смена ведущего вида деятельности с игровой на учебную у воспитанников 7 – 9 лет. Освоение новых видов деятельности при предъявлении ребенку новых социальных требований, возникновении новых ожиданий социума. («Ты уже школьник, ты должен..., можешь, имеешь право...»). Несформированность эмоционально-волевой сферы. Затруднена произвольная регуляция собственного поведения. Незрелость личностных структур (совесть, приличия, эстетические представления). Тревожность, страх оценки. Ориентация на общение со значимым взрослым (педагогом). Формирование навыков учебной рефлексии. Развитие когнитивных функций.

Различия в развитии мальчиков и девочек (преобладание логической сферы у мальчиков, эмоционально-чувственной у девочек). Ориентация в поведении на оправдание ожидания и одобрения значимых взрослым.

Выбор методов и форм проведения занятий на данном этапе обусловлен возрастными особенностями воспитанников: это игровые формы, направленные на раскрепощение, снятие страха оценки, формирование доброжелательных отношений внутри учебной группы, на восприятие и осознание искусства, воплощение своих чувств и мыслей в образах; на развитие эмоционально-чувственной сферы, погружение в заданную ситуацию.

Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограничено и постепенно увеличиваться от 25-30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное

количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность. Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В классах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера

Для детей 7-10 лет приоритетны игровые, соревновательные формы и методы, коллективная творческая деятельность, работа в микрогруппах, частая смена состава микрогрупп и позиции участников в совместной деятельности. Выбор методов и форм проведения занятий обусловлен возрастными особенностями воспитанников: показ, воспроизведение, анализ, самостоятельная проба. Важную роль на этом этапе играет метод упражнений, отработки техники через многократное повторение. Активно используются методы создания системы образов, методы тактильного ощущения, самоконтроля. Особое значение для данной возрастной группы имеет такая организация образовательного процесса, которая обеспечивает воспитанникам возможность выбора позиции в совместной деятельности: организатора, «костюмера», «визажиста» и др.

Занятия могут проводиться 2 - 3 раза в неделю, продолжительностью до 2 часов. Происходит изучение движений, комбинаций, осуществляются постановочные работы.

По методам и формам решения поставленных задач- занятия делятся на несколько видов:

1. Обучающие занятия.

Где детально разбираются движения. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, основных позиций и танцевальных движений в медленном темпе. Объясняется приём его использования. На уроке может быть введено не более 2–3 комбинаций. При разучивании танца необходимо обратить внимание на движения или перестроения, которые могут показаться сложными для детей. Выучите их сначала как отдельные ритмические этюды.

2. Закрепляющие занятия.

Где происходит повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Для лучшего закрепления движений в ритмическом рисунке конкретного фрагмента танца руководитель может использовать потешку, хлопки, приём «эхо», т.е. отхлопывание ритмического рисунка мелодии с повтором его детьми. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идёт соревнование – игра между второй и первой линиями.

3. Итоговые занятия.

Где дети самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации. Проследить за выполнением движений и оценить работу детей лучше всего через концертную деятельность т.к. дети очень любят выступать на сцене.

4. Импровизационная работа.

Где дети танцуют придуманные ими вариации, или сочиняют танец на тему, данную руководителем. Ребёнок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать своё видение мира и образа. Овладевая навыками танцевальных движений, и чутко откликаясь на музыку, дети по окончании курса участвуют в создании (по выбору) композиций танца. Таким образом походит участие детей в проектной деятельности.

Формы обучения.

В процессе занятий используются различные формы обучения:

- беседы,
- тренировки,
- тренинги,
- тестирование,
- игры,
- репетиции,
- экскурсии,
- праздники,
- конкурсы и фестивали,
- мастер-класс,
- видео-урок,
- коллективное посещение концертов, спектаклей, массовых мероприятий

Методы обучения:

- Наглядный – качественный показ;
- Словесный – объяснение, образное объяснение, рассказ;
- Практический – упражнения, выполнение действий;
- Видеометод – показ видео, мультимедиа;
- Игровой – обучающий материал в игровой форме;

- Творческий – самостоятельное создание детьми музыкально-двигательных образов.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- Объяснительный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- Репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- Исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

На занятиях наряду с фронтальными формами используются работа в парах, индивидуальная работа, работа в микрогруппах.

Диагностика образовательно-воспитательного процесса:

- отслеживание на занятиях в течение года путем педагогического наблюдения (развитие каждого ребенка и коллектива в целом), наблюдения заносятся в дневник успехов и достижений;
- планирование проведения текущего контроля на занятиях через наблюдение, обсуждение, анализ занятий;
- промежуточный контроль целесообразно проводить после изучения каждого танца (повторение), внутриколлективные конкурсы;
- итоговый контроль – анализ образовательной программы, итоговые занятия, проведение отчетных концертов.

Критерии оценочной деятельности детей.

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является: “обратная связь” обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив: а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Если “обратная связь” от участника передает готовность продолжать тренироваться, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

А поскольку танец - творчество коллективное и, если коллектив с удовольствием работает и отдыхает, то его деловое и неформальное общение “здоровое”. Если зритель стремится посмотреть выступления танцевальной группы значит, творческий организм живет и развивается успешно.

Формирование оценочной деятельности у детей в танцевальном объединении происходит по двум направлениям.

Во - первых, благодаря изучению творчества Мастеров, во - вторых, в сопоставлении с тем, как изменились результаты, прежние и настоящие. У нас не принято сравнивать и сопоставлять “талантливость” работы ровесников. Это может вызвать негативное явление - потерю стремления ребенка подняться в своих знаниях и умениях на более

высокую ступень. На мой взгляд, соперничество и конкуренция внутри детского коллектива губительны, так как вместо творчества начинается работа ради первенства, ради успеха.

Формы и методы оценки результатов I-го года обучения.

1. Практический тест по разделу «Танцевальная азбука»
2. Контрольный срез на знание танцевальных терминов.
3. Творческий рассказ на тему «Откуда ты, танец?».
4. Творческие игры на воображение и фантазию: «Снеговик», «Росток», «Тряпичная кукла и оловянный солдатик», «Сахар». Импровизация под музыку.
5. Промежуточная аттестация.

Формы и методы оценки результатов II-го года обучения.

1. Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука»
2. Контрольный срез на знание терминов классического и народного танцев.
3. Практический тест на ориентировку в пространстве: точки зала, колона, линия, «лучик», круг, полукруг, пары (тройки, четверки).
4. Промежуточная аттестация.
5. Постановочная практика «В поисках творчества»:
 - «Закончи движение»,
 - «Продолжи движение»,
 - танцевальные импровизации под музыку.

Формы и методы оценки результатов III-го года обучения.

1. Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука».
2. Практический тест «Руки, ноги, позы в классическом танце».
3. Практический зачет по основам актерского мастерства.
4. Промежуточная аттестация.
5. Постановочная практика «В поисках творчества»:
 - «Зеркало», составить комбинацию на заданную тему,
 - танцевальная импровизация под музыку.

Ожидаемые результаты.

Воспитанники, освоившие программу, будут знать: азы культуры исполнения танцев, танцевальный этикет, технику исполнения танцевальных элементов, комплексы гимнастических упражнений.

Будут уметь: держаться на сцене и чувствовать партнёра, определять характер и темп музыки, музыкальный размер, осваивать сценическое пространство, исполнять танцевальные композиции.

А также будет развит эстетический вкус и общая культура воспитанников, сформировано уважительное отношение друг к другу.

Личностные результаты:

- сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
- любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Условия реализации программы.

Общее количество часов в год:

первый год обучения -8 занятий в неделю по 1,8 ч.= 14,4 в неделю /489,6 часа в год;

второй год обучения –8 занятий в неделю по 1,8 ч.= 14,4 в неделю /489,6 часа в год;

третий год обучения –8 занятий в неделю по 1,8 ч.= 14,4 в неделю /489,6 часа в год.

1. Возраст обучающихся: принимаются дети с 7 лет до 15 лет.
2. Количество детей в группах от 12 человек и более. Принимаются девочки и мальчики.
3. Проводятся открытые уроки, отчётные занятия для родителей, родительские собрания.

Календарный учебный график:

Год обучения	Реализация ДООП	Комплектование групп	Новогодние каникулы	Промежуточная аттестация	Летние каникулы
1	с 15.09. по 31.05.	с 01.09. по 14. 09.	с 01.01. по 08.01.	с 20.05. по 31.05.	с 01.06. по 31.08.
2	с 15.09. по 31.05.	с 01.09. по 14. 09.	с 01.01. по 08.01.	с 20.05. по 31.05.	с 01.06. по 31.08.
3	с 15.09. по 31.05.	с 01.09. по 14. 09.	с 01.01. по 08.01.	с 20.05. по 31.05.	с 01.06. по 31.08.

Учебно - тематический план

№	НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	1 ГОД		2 ГОД		3 ГОД	
		ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1	Вводное занятие. Инструктажи.	3,6	-	3,6	-	3,6	-
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	5,4	108	5,4	108	5,4	108
3	Ритмико-гимнастические упражнения	3,6	172,8	3,6	172,8	3,6	172,8
4	Игры под музыку	3,6	81	3,6	81	3,6	81
5	Танцевальные упражнения.	3,6	108	3,6	108	3,6	108
Всего		19,8	469,8	19,8	469,8	19,8	469,8
		489,6		489,6		489,6	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

Задача: развить ритмическое и музыкальное восприятие, научить использовать паузы в движении, формирование правильной осанки, сохранение эластичности мышц посредством упражнений на пластику и растяжку.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(1 год обучения)

№п/п	Наименование темы	Общее	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Вводный урок. Инструктажи.	3,6	3,6	-	Тестирование
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве	113,4	5,4	108	Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука»
3.	Ритмико – гимнастические упражнения	176,4	3,6	172,8	Практический тест
4.	Игры под музыку	84,6	3,6	81	
5.	Танцевальные упражнения	111,6	3,6	108	Контрольный срез на знание танцевальных терминов. Открытое занятие.
	Итого	489,6	19,8	469,8	

1. ВВОДНЫЙ УРОК. ИНСТРУКТАЖИ

2. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

3. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и

повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

4. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

5. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Танцы и пляски

Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».

Стукалка. Украинская народная мелодия.

Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.

Хоровод с притопами. «Сударушка».

Танец «Мухоморов».

Танец «Пчелки»

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. **Наличие эмоциональноценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.** Развитие эстетического вкуса, культуры

поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

- **регулятивные**
 - ✓ способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
 - ✓ в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
 - ✓ накопление представлений о ритме, синхронном движении.
 - ✓ **наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности**
- **познавательные**
 - ✓ **навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.**

Учащиеся должны уметь:

- ✓ готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
 - ✓ под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
 - ✓ ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
 - ✓ ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
 - ✓ ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
 - ✓ соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
 - ✓ выполнять игровые и плясовые движения;
 - ✓ выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
 - ✓ начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
- **коммуникативные**
 - ✓ умение координировать свои усилия с усилиями других;
 - ✓ задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Второй год обучения

Задача: научить слушать музыку и понимать команды, разнообразить набор привычных движений, развивать координацию, чувство ритма, память, внимание, заинтересовать.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (2 год обучения)

№п/п	Наименование темы	Общее	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Вводный урок. Инструктажи.	3,6	3,6	-	Тестирование
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве	113,4	5,4	108	Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука»
3.	Ритмико – гимнастические упражнения	176,4	3,6	172,8	Практический тест
4.	Игры под музыку	84,6	3,6	81	
5.	Танцевальные упражнения	111,6	3,6	108	Контрольный срез на знание танцевальных терминов. Открытое занятие.
	Итого	489,6	19,8	469,8	

1. ВВОДНЫЙ УРОК. ИНСТРУКТАЖИ

2. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и concentрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных.

3. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением

(растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

4. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

5. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

- **регулятивные**
 - ✓ проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
 - ✓ умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
 - ✓ **воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.**
- **познавательные**
 - ✓ умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
 - ✓ рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
 - ✓ соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
 - ✓ самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
 - ✓ передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
 - ✓ передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
 - ✓ повторять любой ритм, заданный учителем;
 - ✓ задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
- **коммуникативные**
 - ✓ учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
 - ✓ допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
 - ✓ учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
 - ✓ **участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;**

Третий год обучения

Задача: продолжение развития чувства ритма, музыкальности, пластики, координации, развитие памяти, разнообразить набор привычных движений. В ходе урока решаются воспитательные задачи поведения в паре.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (3 год обучения)

№п/п	Наименование темы	Общее	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Вводный урок. Инструктажи.	3,6	3,6	-	Тестирование
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве	113,4	5,4	108	Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука»
3.	Ритмико – гимнастические упражнения	176,4	3,6	172,8	Практический тест «Руки, ноги, позы в классическом танце»
4.	Игры под музыку	84,6	3,6	81	Практический тест «Основы актерского мастерства»
5.	Танцевальные упражнения	111,6	3,6	108	Контрольные вопросы по истории хореографического искусства.
	Итого	489,6	19,8	469,8	

1. ВВОДНЫЙ УРОК. ИНСТРУКТАЖИ

2. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

3. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

4. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

5. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

Личностные результаты

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. **Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.**

Метапредметные результаты

- **регулятивные**

- ✓ преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- ✓ осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- ✓ целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

- **познавательные**

Учащиеся должны уметь:

- ✓ правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- ✓ отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- ✓ различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

- **коммуникативные**

- ✓ продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- ✓ с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- ✓ умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ К ОКОНЧАНИЮ КУРСА

В результате реализации данной образовательной программы дети должны знать:

- взаимосвязь движения, ритма и музыки;
- название основных музыкально-ритмических движений и их элементов;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила сценического поведения.

Воспитанник должен уметь:

- понимать и различать музыкальные размеры и ритмы;
- определять и использовать основные рисунки, направления в движении;
- исполнять этюды, танцевальные композиции и танцы;
- красиво и правильно исполнять двигательные элементы;
- быстро и чётко реагировать на замечания педагога;
- координировать движения.

Знания, умения и навыки к концу трех лет обучения.

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;

- иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

2. Танцевальная азбука:

- знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;
- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дробь простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопущкой, на полном приседе и с прыжком.

3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно)

- В конце 1 года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках, вальс в три па, свой национальный танец, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.

- В конце 2 года обучения дети должны уметь исполнять: фигурную польку, вальс — променад, русские танцы с использованием элементов хоровода и перепляса.
- В конце 3 — го года обучения дети должны уметь исполнять: историко-бытовой танец — полонез, фигурный вальс; русские танцы: хороводные и кадрили. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

4. Творческая деятельность:

- раскрытие творческих способностей;
- развитие организованности и самостоятельности;
- иметь представления о народных танцах.

Санитарно – гигиенические требования:

Занятия должны проводиться в кабинете, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо также наличие:

- Раздевалки и шкафов для хранения личных вещей.
- Аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Дети одевают специальную форму на занятия: удобные трико и футболки для мальчиков, колготки, спортивные купальники и юбочки для девочек. На ногах балетки или чешки.

Волосы подстрижены у мальчиков, аккуратно прибраны у девочек (разрешены резинки на волосы).

На занятия нельзя носить какие-либо украшения, металлические заколки (всё это может привести к травме).

На занятия не допускаются с жевательной резинкой, едой, мобильные телефоны отключаются и сдаются педагогу до конца занятия.

Разрешается приносить с собой воду в бутылочке.

Формы воспитательной работы

Концерты, конкурсы, фестивали, занятия «наоборот», когда занятие готовят и проводят дети, открытые занятия, музыкальная гостиная, взаимодействие с другими творческими коллективами, участие во внешкольных мероприятиях (викторины, квесты), занятия с привлечением специалистов, мастер-классы.

Воспитательная работа и массовые мероприятия.

№ п\п	Название мероприятия	Сроки
1.	Концерт ко Дню Учителя,	октябрь
2.	Концерт - День пожилого человека	октябрь
3.	Концерт ко дню Матери	Ноябрь
4.	Проведение Новогоднего праздника	декабрь
5.	Музыкальная гостиная – концерт для учащихся начальной школы	март
6.	Праздник 8 марта	Март
7.	Митинг ко дню Победы	Май
8.	День поселка Северка	июль

Форма работы с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	Информирование о планах работы объединения на учебный год	сентябрь
Индивидуальные и групповые консультации	Совместная работа с психологом (тестирование и анализ развития личности ребенка с согласия родителей) Вопросы посещаемости, успехов обучающихся в объединении.	В течение года
Концерты к календарным и тематическим праздникам, совместные мероприятия	Помощь в организации	В течение года
Консультации (Лично, Интернет, телефонная связь)	Текущие организационные вопросы	В течение года

Работа с семьёй проводится на протяжении всего учебного года: организационные собрания, итоговые собрания, посещение концертов, совместные мероприятия, пошив костюмов.

Темы бесед.

1. Хореографическое искусство:

-сценические жанры хореографии;

-хореография и музыка;

-танец и его природа (выразительные средства сценического танца, образность в хореографии).

2. Народные танцы...Это как путешествие в волшебную страну.

3. Мой край – уральский край.

4. Музыкальные нотки.

5. За здоровый образ жизни.

6. Танцевальный этикет.

7. Танцы народов мира.

8. Папа, мама, я –дружная семья.

9. Национальный костюм, традиции, обряды.

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

1. Нотно – методическая литература.
2. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
3. литература по педагогике и психологии.
4. Videотека.
5. Видеокамера.
6. Фотоаппарат.
7. Альбомы для фотографий.
8. Аудиокассеты, CD, MP3.
9. Аппаратура для озвучивания занятий: музыкальный центр, моноблок.
10. Костюмы для концертной деятельности.
11. Сценическая обувь.
12. Гимнастические коврики.
13. Фортепиано, синтезатор.
14. Реквизит: обручи, мячи, платочки, шарфы, венки, крылышки бабочек, ленты, цветы, шляпы, скакалки, веера, деревянные ложки, бубны, молоточки.

Аудиоматериалы.

- «Ритмическая мозаика» (1 часть) Музыкальная палитра 2009г.
- «Ритмическая мозаика» (2 часть) Музыкальная палитра 2009г.
- «Ритмическая мозаика» (3 часть) Музыкальная палитра 2009г/
- «Ритмическая мозаика» (4 часть) Музыкальная палитра 2009г.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыка и движение. – М., 2014
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – СПб., 2013
3. Веденихина Т. Танец живота. Уроки мастерства. – СПб., Питер, 2013
4. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. – СПб., Союз, 1997
5. Джим Холл. Учимся танцевать. Весёлые уроки танцев для дошколят. – М., АСТ*Астрель, 2012
6. Держинская И., Ветлугина Н. Песни, игры, пляски. – М., 2013
7. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. – М., 2013
8. Замятина Т.А. Музыкальная ритмика. – М., Глобус, 2015
9. Зеньковский В.В. Психология детства. – М., академия, 2011
10. Иванчикова Т.А. Музыкально – ритмические упражнения, этюды и композиции. – Екатеринбург, 2014
11. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология. – М., 2001
12. Куприянова Т.М. музыка для малышей. – Ярославль, Академия развития, 2011
13. Немов Р.С. Психология, - М., Гуманитарный центр ВЛАДОС, 2011
14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать. – М., 2014
15. Роот З.Я. Танцы с нотами. М., Айрис*ПРЕСС, 2014
16. Роот З.Я. Танцы в начальной школе. – М., 2015
17. Савчук О. Школа танцев для детей. – СПб.. Ленинградскоеиздательство, 2012
18. Слостенин В,А, Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. общая педагогика. М., Гуманитарныйцентр ВЛАДОС, 2013
19. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. СА-фи-дансе. – СПб., Детство – пресс, 2013

Электронные ресурсы.

- <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/programma-fgos-ritmika-dlya-uchashchihsya-1-h-klassov-na>
- http://easyen.ru/load/nachalnykh/rabochie_programmy/rabochaja_programma_po_ritmike_v_sootvetstvii_s_fgos_3_klass/45_8-1-0-7812
- http://pedsovet.org/component/option,com_mtree/task,viewlink/link_id,75312/Itemid,118/
- <http://purpeulybkatanec.webnode.ru/news/rabochaya-programma-po-ritmike-v-sootvetstvii-s-fgos-dlya-2-klassa/>
- <http://3klass.zapto.org/portugal/?query=&charset=utf-8>

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.
2. Вытягивания, разворачивание и сокращение стопы “Развивает силу и эластичность берцовых и икроножных мышц, способствует развитию сухожилий пальцев стоп и пяточных “ахилового” сухожилия, развивает выворотность тазобедренных, голеностопных суставов”.
3. Повороты головы “упражнения на развитие мышц шеи”.
4. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.
5. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.
6. Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника.
7. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.
8. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.
9. Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов.
10. Упражнения на исправление осанки:
 - а) при сутулости (кифозе),
 - б) при седлообразной спине (лордозе),
 - в) при асимметрии лопаток,
 - г) при “х” - образных ногах рекомендуются упражнения растяжение связок в тазобедренном суставе,
 - д) при “о” - образных ногах рекомендуются упражнения на растяжение подколенных связок.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ

1. Поклонреверанс,
2. Сценический шаг Шаг на полу пальцах
3. Легкий бег;
4. Пскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя;
5. Удары стопой по 6-й и 3-й позициям;

6. Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной);
7. Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах;
8. Ковырялочка;
9. Движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.
10. Движение головы; повороты направо - налево, в различном характере, вверх- вниз с различной амплитудой, наклоны вправо - влево (с различной амплитудой).
11. Боковой голоп;
12. Шагпольки;
13. Прыжки по 6 поз, и поочередным выбрасыванием ног вперед;
14. Перевод рук из подготовительного положения в 1-ю. 2-ю, позицию и обратно. Раскрывание рук из положения “ на поясе” в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию.

Положения рук в танцах

1. Руки на поясе “большой палец обращен назад”;
2. Подбоченившись “ кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс”;
3. Девочки придерживают руками юбочку “руки в локтях закруглены”;
4. Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движения.
5. Руки скрещены перед грудью;
6. Одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте “только девочки”;
7. Руки убраны за спину.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- 1) Различие правой, левой, ноги, руки, плеча;
- 2) Повороты вправо и влево;
- 3) Построение в колонну по одному, по два в пары;
- 4) Перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- 5) Круг, сужение и расширение круга;
- 6) “воротца”, “змейка”, “спираль”;
- 7) Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

Обучение без отметочное. Устная оценка успеваемости складывается из оценки качества выполнения упражнений, умения сочетать движения с рациональным дыханием, освоения простейших элементов программного материала, а также прилежания и посещаемости.

В качестве главного оценочного критерия показателей работы урока ритмики являются:

- наличие положительной динамики развития навыков движений
- гармонизации физического развития,
- повышение показателей общей работоспособности,
- стабилизация психо-эмоционального состояния детей,
- формирование навыков здорового образа жизни,
- укрепление взаимодействия ученического коллектива.

Критерии оценки знаний и умений (I год обучения)

Виды работы	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука»	Не чувствует ритм и характер музыки, не ориентируется в музыкальном размере.	Двигается ритмично, путается в знаниях музыкального размера.	Знает основные этапы развития хореографического искусства. Легко отвечает на поставленные (дополнительные) вопросы.
Контрольный срез на знание танцевальных терминов.	Не знает танцевальной терминологии.	Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке.	Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.
Промежуточная аттестация. Открытое занятие	Исполнение движений не выразительное, имеет замечания при исполнении упражнений партерного экзерсиса.	Правильно исполняет ритмические движения, упражнения партерного экзерсиса, элементы игровой хореографии.	Имеет высокие навыки выразительного движения, партерного экзерсиса, музыкально-ритмической деятельности. Активен в игровой хореографии.

Этапы педагогического контроля I год обучения

№ п/п	Срок проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
<i>Входной контроль</i>	сентябрь	Выворотность, гибкость, шаг. Ритмический рисунок музыки.	Практический тест
<i>Текущая аттестация</i>			
1.	декабрь	Знания по разделу «Танцевальная азбука»	Практический тест
2.	апрель	Знание танцевальной терминологии	Контрольный срез
<i>Промежуточная аттестация</i>			
3.	май	Выявление знаний, умений навыков по итогам I года обучения.	Открытое занятие

Критерии оценки знаний и умений (II год обучения)

Виды работы	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука»	Поверхностно владеет информацией.	Знает основные этапы развития хореографического искусства древнейших цивилизаций, но отвечает не уверенно, путает фамилии и название балетов.	Знает основные этапы развития хореографического искусства. Легко отвечает на поставленные (дополнительные) вопросы.
Контрольный срез на знание танцевальных терминов.	Не знает танцевальной терминологии.	Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общения на профессиональном языке.	Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.
Промежуточная аттестация. Открытое занятие	Имеет замечания при выполнении упражнений классического экзерсиса; не выразительно исполняет элементы народного и эстрадного танца.	Не уверенно исполняет упражнения классического экзерсиса; не выразительно элементы народного и эстрадного танца	Имеет высокие навыки исполнения классического экзерсиса, элементов простейших народных танцев, элементов эстрадного танца.

Этапы педагогического контроля II год обучения

№ п/п	Срок проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
<i>Входной контроль</i>	сентябрь	Выявление знаний, умений навыков по итогам 1 года обучения.	
<i>Текущая аттестация</i>			
1.	декабрь	Выявить теоретические знания по разделу «Танцевальная азбука »	Контрольные вопросы по истории хореографического искусства.
2.	апрель	Знания танцевальной терминологии	Контрольный срез
<i>Промежуточная аттестация</i>			
3.	май	Выявление знаний, умений навыков по итогам 2 года обучения.	Открытое занятие

Критерии оценки знаний и умений (III год обучения)

№	Виды работы	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
1.	Устный опрос по разделу «Танцевальная азбука» Практический тест «Руки, ноги, позы в классическом танце»	Нет четкости в исполнении позы, не знает позиции рук, ног.	Знает позы классического танца, но путает позиции рук, ног. Замедленная координация в определении заданной позы и позиций рук, ног.	Знает позы классического танца, легко ориентируется в позициях рук, ног. Точно координирует заданную позу с позициями рук, ног.
2.	Практический тест «Основы актерского мастерства»	Не стремится предать заданный образ, комплексует при общем показе.	Выполняет задание с достаточным творческим подходом, но без яркого образного показа.	Творчески подходит к заданию, точно передает образ, с натуральностью, неповторимостью.
3.	Контрольные вопросы по истории хореографического искусства.	Поверхностно владеет информацией.	Знает основные этапы развития хореографического искусства в России, но отвечает не уверенно, путает фамилии и название балетов.	Знает основные этапы развития хореографического искусства в России. Легко отвечает на поставленные (дополнительные) вопросы.
4.	Промежуточная аттестация. Открытое занятие.	Имеет замечания при исполнении упражнений классического экзерсиса; не выразительно исполняет элементы народного и эстрадного танца.	Не уверенно исполняет упражнения классического экзерсиса; не выразительно исполняет элементы народного и эстрадного танца	Грамотное и выразительное исполнение упражнений классического экзерсиса у станка и на середине зала, изученных комбинаций народно-характерного танца в контрастных стилях и характерах.

Этапы педагогического контроля III год обучения

№ п/п	Срок проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
<i>Входной контроль</i>	сентябрь	Выявление знаний, умений навыков по итогам 2 года обучения.	
<i>Текущая аттестация</i>			
1.	декабрь	Выявить умение воспитанников координировать позиции рук и ног.	Практический тест «Руки, ноги, позы в классическом танце».
2.	апрель	Выявить умение детей легко и непринужденно перевоплощаться из одного образа в другой.	Практический тест «Основы актерского мастерства».
<i>Промежуточная аттестация</i>			
3.	май	Выявление знаний, умений навыков по итогам 3 года обучения.	Открытое занятие

**ПРОГРАММУ СОСТАВИЛА
ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

МИГАЛАТИЙ ОЛЬГА ПАВЛОВНА

Образование среднее специальное. Свердловское областное педагогическое училище № 1 им.М.Горького 1984г., учитель начальных классов и старшая пионервожатая.

Общий стаж работы - 32 года.

Педагогический стаж – 32 года.

Высшая квалификационная категория

Место работы - г. Екатеринбург, Железнодорожный район, МБОУ СОШ №179

Домашний адрес: г. Екатеринбург, п. Северка, ул. Стрелочников, 11 – 2

Контактные телефоны: 89501924203

Электронная почта: olgamigalatii@mail.ru

Аннотация

Программа преподавателя на 2017/2020уч.г.

Танцевальное объединение «Ритмика. Баламуты»

Ф.И.О. преподавателя Мигалатий Ольга Павловна

Возраст воспитанников от 7 до 10 лет

Программа составлена на основании «Учите детей танцевать» авторы Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В.; «Учимся танцевать» автор Джим Холл; «Школа танцев для детей» автор Савчук О.

Направленность: Художественно-эстетическая

Программа предполагает 3-х летнее обучение. Она рассчитана на детей от 7 до 15 лет. Включает в себя ритмику и комплексное обучение хореографии: сочетание классического и народного танца.

Цель: дать возможность детям проявить себя, творчески раскрыться в области хореографии.

Задачи:

1. Обучающие: дать необходимый минимум знаний в области танца, ознакомление с историей возникновения и развития танца, обучить детей исполнительскому мастерству.

2. Развивающие: развить у детей трудоспособность, коммуникабельность, дисциплинированность, чувство ритма, координацию движений, внимание, память.

3. Мотивационные: привить культурные навыки внешнего поведения, культуру исполнителя, формировать сценический имидж.

4. Социально – педагогические: участвовать в социальных акциях и общественно – значимых мероприятиях клуба, района, города, закреплять полученные навыки в концертной деятельности, в фестивалях и конкурсах.

5. Оздоровительные: сохранять и укреплять физическое здоровье детей.

Программа состоит из следующих разделов:

- ритмика;
- танцевальная азбука (элементы партерного экзерсиса на полу, экзерсис у станка, классического, народного и бального танца);
- танцевальные движения;
- танцевальный репертуар

Ожидаемые результаты

- Воспитанники, освоившие программу, будут знать: азы культуры исполнения танцев, танцевальный этикет, технику исполнения танцевальных элементов, комплексы гимнастических упражнений.
- Будут уметь: держаться на сцене и чувствовать партнёра, определять характер и темп музыки, музыкальный размер, осваивать сценическое пространство, исполнять танцевальные композиции.
- А также будет развит эстетический вкус и общая культура воспитанников, сформировано уважительное отношение друг к другу.

Метод контроля над усвоением программы детьми.

- Опрос, наблюдение;
- Контрольное задание: отметить все сильные доли, наблюдение за исполнением движений танца на заданную мелодию;
- Наблюдение за исполнением детьми заданной композиции, танца.
- Время контроля: октябрь, апрель.

Формы контроля над усвоением программы детьми.

1. Проведение открытых уроков.
2. Участие в праздничных концертах и новогодних постановках.
3. Участие в отчётных концертах.
4. Проведение танцевальных конкурсов («Танцевальный марафон»).

Выступления на конкурсах, акциях и фестивалях(городского, регионального, федерального уровня)

Календарно-тематическое планирование занятий объединения «Ритмика»

I год обучения

№	Дата	Количество часов	Тема занятия/Содержание	Контрольная точка
1,2	02.09/03.09	2/3,6	Теория. Вводный урок. Инструктажи.	Тест, опрос
УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ				
3,4,5	04.09/04.09 05.09	3/5,4	Теория. Инструктажи. Понятие “ритмика”. Основные движения, понятия. Презентация.	Тест, опрос
6-10	06.09/07.09 07.09/09.09 10.09	5/9	ОРУ. Ходьба с координацией рук и ног.	Тесты
11-18	11.09/11.09 12.09/13.09 14.09/14.09 16.09/17.09	8/14,4	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.	Тест
19-23	18.09/18.09 19.09/20.09 21.09	5/9	Движения на развитие координации. Бег и подскоки	
24-31	21.09/23.09 24.09/25.09 25.09/26.09 27.09/28.09	8/14,4	Упражнения на пластику	
32-37	28.09/30.09 01.10/02.10 02.10/03.10	6/10,8	Растяжки	
38-42	04.10/05.10 05.10/07.10 08.10	5/9	Разучивание разминки. Тесты, оценивающие эластичность локтевого плеча, сустава, предплечья.	Тесты
43-57	09.10/09.10 10.10/11.10 12.10/12.10 14.10/15.10	15/27	Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг	Опрос

	16.10/16.10 17.10/18.10 19.10/19.10 21.10			
58-65	22.10/23.10 23.10/24.10 25.10/26.10 26.10/05.11	8/14,4	Выполнение движений с предметами, более сложных.	Контроль техники выполнения упражнений
		65/113,4		
РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ				
66,67	06.11/06.11	2/3,6	Теория. Инструктажи. Видеоматериал о художественной гимнастике.	Тест, опрос
68-81	07.11/08.11 09.11/09.11 11.11/12.11 13.11/13.11 14.11/15.11 16.11/17.11 16.11/16.11	14/25,2	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.	
82-89	18.11/19.11 20.11/20.11 21.11/22.11 23.11/23.11	8/14,4	Элементы асимметричной гимнастики. Упражнения для развития тела.	
90-97	25.11/26.11 27.11/27.11 28.11/29.11 30.11/30.11	8/14,4	Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни.	
98-107	02.12/03.12 04.12/04.12 05.12/06.12 07.12/07.12 09.12/10.12	10/18	ОРУ: перекаты стопы, носках, каблуках.	
108-115	11.12/11.12 12.12/13.12 14.12/14.12 16.12/17.12	8/14,4	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.	

116-123	18.12/18.12 19.12/20.12 21.12/21.12 23.12/24.12	8/14,4	Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки.	
124-131	25.12/25.12 26.12/27.12 28.12/28.12 13.01/14.01	8/14,4	Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками).	
132-139	15.01/15.01 16.01/17.01 18.01/18.01 20.01/21.01	8/14,4	Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен).	
140-147	22.01/22.01 23.01/24.01 25.01/25.01 27.01/28.01	8/14,4	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.	Контроль техники выполнения упражнений
148-155	29.01/29.01 30.01/31.01 01.02/01.02 03.02/04.02	8/14,4	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку).	
156-163	05.02/05.02 06.02/07.02 08.02/08.02 10.02/11.02	8/14,4	Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.	
		163/98/176,4		
ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ				
164,165	12.02/12.02	2/3,6	Теория. Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку).	Опрос, тест
166-169	13.02/14.02 15.02/15.02	4/7,2	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	
170-173	17.02/18.02 19.02/19.02	4/7,2	Пластические этюды	
174-177	20.02/21.02 22.02/22.02	4/7,2	Развитие музыкальности и динамики	
178-181	24.02/25.02	4/7,2	Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.	Контроль техники

	26.02/26.02		Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца.	выполнения упражнений
182-185	27.02/28.02 29.02/29.02	4/7,2	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа	
186-189	02.03/03.03 04.03/04.03	4/7,2	Музыкально-ритмические игры “Виды шага”.	
190-195	05.03/06.03 07.03/07.03 09.03/10.03	6/10,8	Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением. Танец «Лавата», «Если нравится тебе, то делай так!»	
196-199	11.03/11.03 12.03/13.03	4/7,2	Музыкально-ритмические игры “Переноска мяча”, “Кто раньше?”	
200-203	14.03/14.03 16.03/17.03	4/7,2	Музыкально-ритмические игры «Буги-вуги», «4 шага»	
204-207	18.03/18.03 19.03/20.03	4/7,2	Музыкально-ритмические игры «Фиксики», «Мы пойдем сейчас налево»	
208-210	21.03/21.03 01.04	3/5,4	Музыкально-ритмические игры «Жила-была бабка», «Плетень»	Тест
		210/47/84,6		
ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ				
211,212	01.04/02.04	2/3,6	Теория. Инструктажи. Просмотр видеозаписи танцев разных народов. Традиции народа в своеобразии движений.	Опрос, тест
213	03.04	1/1,8	Прослушивание музыкальных произведений. Партерный экзерсис	
214	04.04	1/1,8	Шаг на носках, шаг польки	
215	04.04	1/1,8	Широкий, высокий бег.	
216	07.04	1/1,8	Сильные поскоки, боковой галоп.	
217,218	08.04/08.04	2/3,6	Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку	Контроль техники выполнения упражнений
219,220	09.04/10.04	2/3,6	Присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	Контроль техники выполнения упражнений
221	11.04	1/1,8	Движения парами: боковой галоп, поскоки.	Контроль техники выполнения упражнений
222,223	11.04/13.04	2/3,6	Образные танцы.	Тест
224,225	14.04/15.04	2/3,6	Театрализация и танец	
226,227	15.04/16.04	2/3,6	Основные движения народных танцев.	Тест

228,229	17.04/18.04	2/3,6	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка.	Контроль техники выполнения упражнений
230,231	18.04/20.04	2/3,6	Понятие “линия танца”. Общеразвивающие упражнения.	
232,233	21.04/22.04	2/3,6	Отработка построение “линии”, “хорошие”, “шахматы”...	Контроль техники выполнения упражнений
234	22.04	1/1,8	Движения по линии танца.	
235,236	23.04/24.04	2/3,6	Перестроение для танцев.	Контроль техники выполнения упражнений
237,238	25.04/25.04	2/3,6	Позиции рук. Основные правила.	
239,240	27.04/28.04	2/3,6	Позиции ног. Основные правила.	
241,242	29.04/29.04	2/3,6	Позиции в паре. Основные правила.	
243,244	30.04/02.05	2/3,6	Основные положения рук, ног в паре.	Контроль техники выполнения упражнений
245,246	04.05/05.05	2/3,6	Проверка ориентации на танцевальной площадке.	
247-250	06.05/06.05 07.05/08.05	4/7,2	Основные движения танца «Мухоморы». Разучивание движений.	
251-254	11.05/12.05 13.05/13.05	4/7,2	Постановка танца.	
255,256	14.05/15.05	2/3,6	Закрепление. Основные движения, переходы в позиции рук.	Контроль техники выполнения движений
257-260	16.05/16.05 18.05/19.05	4/7,2	Основные движения танца «Пчёлочка». Разучивание движений.	
261-264	20.05/20.05 21.05/22.05	4/7,2	Постановка танца.	
265-268	23.05/23.05 25.05/26.05	4/7,2	Закрепление. Повторение позиций в паре.	Контроль техники выполнения движений
269-272	27.05/27.05	4/7,2	Урок-смотр знаний. Подготовка к выступлению. Концертная деятельность.	
	28.05/29.05 30.05/30.05	4	Резервные уроки	
		272/62/111,6		
ВСЕГО: 489,6 ЧАСОВ (1,8*8*34)				