

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА ИРКУТСКА ГИМНАЗИЯ № 3
664020, г. Иркутск, улица Ленинградская, дом 75, тел. 32-91-55, 32-91-54

«Рассмотрено» РСП учителей эстетико-
прикладных дисциплин и физической культуры
И.В. Кузнецова
Протокол № 01
от 30.08 2016г.

«Согласовано» Т.И.И.И.
О.И.И.И.
30 августа 2016г.



Рабочая программа
по РИТМИКЕ И ХОРЕОГРАФИИ
(внеурочная деятельность)
для 1,3 классов
(уровень: общеобразовательный)

Учитель Кубас Ольга Викторовна,
высшая квалификационная категория

Рабочая программа составлена на основе авторской программы спецкурса внеурочной деятельности для обучающихся 1-4 классов «РИТМИКА И ХОРЕОГРАФИЯ». Эстетического направления. Для общеобразовательных школ.

г. Иркутск

Пояснительная записка.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Известно, что эффективность образования детей в школе 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 (телевидение, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Современная школа 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 целостного развития, укрепления и сохранения здоровья обучающихся. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный учебно-воспитательный процесс в школе.

Хореография в работе с детьми школьного возраста уже давно оформилась в самостоятельный предмет. Данные занятия содействуют эстетическому воспитанию детей, оказывают положительное воздействие на их физическое развитие и способствуют росту их общей культуры и коммуникабельности, в результате знакомства с данным предметом формируется вкус детей, они начинают понимать и воспринимать прекрасное не только в искусстве, но и в жизни.

Предмет «Ритмика и хореография» является профилирующей дисциплиной в эстетическом цикле предметов, введенных в общеобразовательных школах, гимназиях.

Приходя в школу современный школьник, имеет ограниченный запас двигательных навыков, и как следствие, нарушение осанки, координации, испытывает дефицит движений. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Дети недостаточно обладают гибкостью, имеют плохую осанку, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. Двигательная активность - важный фактор профилактики многих заболеваний и укрепления здоровья школьников. Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что занятия ритмикой и хореографией оказывают влияние на физическое и психологическое развитие человека, потому необходимо создать условия для обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Актуальность этих проблем обусловило созданию авторской программы спецкурса внеурочной деятельности «Ритмика и хореография», поэтому необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Хореография способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческие и танцевальные способности, фантазия, память, обогащается кругозор.

Основная цель занятий по программе «Ритмика и хореография» - в процессе музыкально-пластической деятельности создать условия для сохранения, укрепления и развития физического и психологического здоровья ребенка, развития его индивидуальности и различных способностей: телесно-кинестетических, музыкально-ритмических, визуально-пространственных, коммуникативных.

Задачи программы:

- развить индивидуальные способности детей;
- познакомить детей с народными, бальными, историко-бытовыми, современными элементами танцев;
- привить детям любовь к танцу;
- соразмерно сформировать их танцевальные способности;
- развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус, интересы;
- формировать у обучающихся культуру общения между собой и окружающими.

Программа по предмету хореография рассчитана на 4 года обучения с первого по четвертый класс. Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога и условий работы.

Программа составлена в соответствии с требованиями к авторской программе и с Федеральными государственными образовательными стандартами и предусматривает *развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира.*

А также обеспечивает решение следующих *задач, заявленных в ФГОС:*

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

На занятиях хореографией увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное

состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. Обучающиеся осваивают музыкально-танцевальную природу искусства. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать характер музыки и содержание образа движениями.

Основными показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности школьников, получающих хореографическое образование, можно считать музыкальность, осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, благородство манеры исполнения, понимание единства формы и содержания танца. Показателем танцевальной культуры является также способность обучающихся самостоятельно оценивать хореографическое произведение, наличие у учеников нравственной воспитанности, выражающейся, в частности, в поведении в коллективе, их трудолюбии, взаимопомощи.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в том заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Массовое эстетическое воспитание школьников в системе образования требует нового подхода к учебным программам, методикам обучения, которые должны быть рассчитаны на иной результат.

Путем танцевальной импровизации под музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике. Дети знакомятся со сценическими костюмами: танцевальным, балетным, народов мира и т.п.

Предмет «Ритмика и хореография» изучается в 1 – 4 классах, на изучение в каждом классе отведено по 1 часу в неделю, 34 часа в год, общее количество – 134 часа.

В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Контроль над усвоением материала проводится в конце каждой четверти и учебного года в форме открытого урока, класс-концерта, участия в фестивале «От вальса до брейк-данса». Форму контроля определяет учитель в соответствии с возрастом и уровнем подготовленности обучающихся.

На фестивале (концерте) показываются знания, умения, навыки, полученные за время обучения. Постановки танцев осуществляются на

учебном материале народного, бального, историко-бытового, современного (модерн-джаз) танцев. Стимулирующим фактором является участие детей в концертах, где и проявляются приобретенные навыки.

Данная авторская программа «Ритмика и хореография» построена по концентрическому методу, который основан на углубленном изучении материала, изученного в предыдущих классах. В зависимости от степени усвоения обучающимися изучаемого материала, происходит усложнение и внедрение новых элементов в танце. Каждый урок включает в себя материал из разных разделов: теоретические понятия, разминку, элементы музыкальной грамоты, дыхательную и пальчиковую гимнастику, освоение различных танцевальных движений и танцев, музыкальные игры и образные упражнения.

**Результат обученности по программе «Ритмика и хореография»
в соответствии с ФГОС.**

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Личностные универсальные учебные действия <i>У учащегося будут сформированы:</i>			
<ul style="list-style-type: none"> - восприятие музыкально-танцевального произведения, определение основного настроения и характера; - эмоциональное восприятие; - основа для развития чувства прекрасного через знакомство с доступными для детского восприятия музыкальными произведениями; - уважение к чувствам и настроениям другого человека, представление о дружбе, доброжелательном отношении к людям. 	<ul style="list-style-type: none"> - эмоциональная отзывчивость на доступные и близкие ребенку по настроению музыкальные произведения; - интерес к различным видам танцевально-практической и творческой деятельности; - первоначальные представления о нравственном содержании музыкальных и танцевальных произведений; - этические и эстетические чувства, первоначальное осознание роли прекрасного в жизни человека; - выражение в танцевальном исполнительстве своих чувств и настроений. 	<ul style="list-style-type: none"> - эмоциональная отзывчивость на танцевальные произведения различного образного содержания; - основа для развития чувства прекрасного через знакомство с доступными музыкальными и танцевальными произведениями разных эпох, жанров, стилей. 	<ul style="list-style-type: none"> - эмоциональная отзывчивость на танец, осознание нравственного содержания танцевальных произведений и проекция этого содержания в собственных поступках; - эстетические и ценностно-смысловые ориентации обучающихся, создающие основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма; - знание основных моральных норм, желание следовать им в повседневной жизни; - навыки оценки и самооценки результатов творческой деятельности; - основа для формирования культуры здорового образа жизни и организации культурного досуга.
<i>учащийся получит возможность для формирования:</i>			
<ul style="list-style-type: none"> - понимания значения хореографического искусства в жизни человека; - первоначальной ориентации на оценку результатов собственной хореографическо-исполнительской деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - позиции зрителя и исполнителя; - первоначальной ориентации на оценку результатов коллективной исполнительской деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - познавательного интереса к занятиям, позиции активного исполнителя; - нравственных чувств; - нравственно-эстетических чувств; - понимания связи между нравственным содержанием произведения и эстетическими идеалами; - представления о хореографических занятиях как способе эмоциональной разгрузки. 	<ul style="list-style-type: none"> - устойчивого интереса к хореографическому искусству, мотивации к внеурочной эстетической деятельности, потребности в творческом самовыражении; - гражданской идентичности на основе личностного принятия культурных традиций; - представлений об эстетических идеалах человечества, духовных отечественных традициях;

			<ul style="list-style-type: none"> - способности видеть в людях лучшие качества; - способности реализовывать собственный творческий потенциал, применяя знания и представления о танце.
Регулятивные универсальные учебные действия <i>учащийся научится:</i>			
<ul style="list-style-type: none"> - принимать учебную задачу; - понимать позицию зрителя; - осуществлять первоначальный контроль своего участия в интересах хореографической деятельности; - адекватно воспринимать предложения учителя. 	<ul style="list-style-type: none"> - принимать учебную задачу и следовать инструкции учителя; - планировать свои действия в соответствии с учебными задачами и инструкцией учителя; - эмоционально откликаться на танцевальную характеристику образов; - выполнять действия в устной форме; осуществлять -контроль своего участия в доступных видах хореографической деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - принимать и сохранять учебную в т.ч. хореографическую исполнительскую, задачу, понимать смысл инструкции учителя и вносить в нее коррективы; - планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, различая способ и результат собственных действий; - выполнять действия (в устной форме) в опоре на заданный учителем или сверстниками ориентир; - эмоционально откликаться на танцевальную характеристику образов; - осуществлять контроль и самооценку своего участия в разных видах хореографической деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - понимать смысл исполнительских и творческих заданий, вносить в них свои коррективы; - планировать свои действия в соответствии с поставленными художественно-исполнительскими и учебными задачами; - различать способ и результат собственных и коллективных действий; - адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, родителей, сверстников и других людей; - вносить необходимые коррективы в действие после его оценки и самооценки; - осуществлять контроль своего участия в разных видах творческой деятельности; - выполнять учебные действия в устной, письменной речи и во внутреннем плане.
<i>учащийся получит возможность научиться:</i>			
<ul style="list-style-type: none"> - принимать исполнительскую задачу и инструкцию учителя; - воспринимать мнение и 	<ul style="list-style-type: none"> - понимать смысл инструкции учителя и заданий - воспринимать мнение взрослых о танцевальном произведении и его 	<ul style="list-style-type: none"> - понимать смысл проектных и творческих заданий; - выполнять хореографические действия. 	<ul style="list-style-type: none"> - воспринимать мнение сверстников и взрослых о хореографическом произведении, особенностях его исполнения; - высказывать

<p>предложения сверстников, родителей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать позицию исполнителя хореографических произведений. 	<p>исполнении;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять действия в опоре на заданный ориентир. 		<p>собственное мнение о явлениях хореографического искусства;</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать инициативу в танцевальных импровизациях и инсценировках; - действовать самостоятельно при разрешении проблемно-творческих ситуаций в учебной и вне урочной деятельности, а также в повседневной жизни.
<p>Познавательные универсальные учебные действия учащийся научится:</p>			
<ul style="list-style-type: none"> - находить в музыкальном тексте разные части; - понимать содержание рисунков и соотносить его с танцевальными впечатлениями; - читать простое схематическое изображение. 	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять поиск нужной информации; - расширять свои представления о танце; - ориентироваться в способах решения исполнительской задачи; - читать простое схематическое изображение; - различать условные обозначения; - сравнивать разные части музыкального текста; - соотносить содержание рисунков с музыкальными впечатлениями. 	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять поиск нужной информации в словаре и из дополнительных источников, расширять свои представления о танце и танцорах; - передавать свои впечатления о воспринимаемых музыкальных произведениях. 	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных и творческих заданий с использованием учебной и дополнительной литературы, в т.ч. в открытом информационном пространстве; - использовать знаково-символические средства, в т.ч. схемы, для решения учебных задач; - обобщать; - устанавливать аналогии; - представлять информацию в виде сообщения с иллюстрациями (презентация проектов).
<p>учащийся получит возможность научиться:</p>			
<ul style="list-style-type: none"> - соотносить различные произведения по настроению, форме, по некоторым средствам музыкальной выразительности (темп, динамика); - строить рассуждения о доступных наглядно 	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять поиск дополнительной информации; - соотносить различные произведения по настроению, форме, по некоторым средствам музыкальной выразительности (темп, динамика, ритм, мелодия); - соотносить содержание 	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять поиск нужной информации в словаре и дополнительных источниках, включая контролируемое пространство Интернета; - соотносить различные произведения по настроению и форме; - строить свои рассуждения о восп- 	<ul style="list-style-type: none"> - расширять свои представления о танце и танцорах, о современных событиях хореографической культуры; - фиксировать информацию о явлениях хореографической культуры с помощью инструментов ИКТ; - соотносить различные произведения по

<p><i>воспринимаемых свойствах музыки и танца;</i> - соотносить содержание рисунков с музыкальными впечатлениями.</p>	<p><i>схематических изображений с музыкальными впечатлениями;</i> - строить рассуждения о воспринимаемых свойствах музыки и танца.</p>	<p><i>принимаемых свойствах музыки и танца;</i> - обобщать учебный материал; - устанавливать аналогии; - сравнивать средства художественной выразительности в танце и других видах искусства; - представлять информацию в виде сообщения (презентация проектов).</p>	<p><i>настроению, форме, по различным средствам музыкальной выразительности (темп, ритм, динамика, мелодия);</i> - строить свои рассуждения о характере, жанре, средствах художественно-музыкальной выразительности; - произвольно и осознанно владеть общими приемами решения учебных задач.</p>
---	--	--	---

Коммуникативные универсальные учебные действия
учащийся научится:

<p>- воспринимать танцевальное произведение и мнение других людей о танце; - учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия танца; - принимать участие в групповом исполнении танца и в коллективных инсценировках; - понимать важность исполнения по группам мальчики хлопают, девочки топают; - контролировать свои действия в коллективной работе.</p>	<p>- использовать простые речевые средства для передачи своего впечатления от танца; - исполнять танцевальные элементы со сверстниками, выполняя при этом разные функции; - учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия танца; - принимать участие в импровизациях, в коллективных инсценировках, в обсуждении танцевальных впечатлений; - следить за действиями других участников в процессе танцевальной деятельности.</p>	<p>- выразительно исполнять танцевальные произведения, принимать активное участие в различных видах танцевальной деятельности; - понимать содержание вопросов и воспроизводить несложные вопросы о хореографии; - проявлять инициативу, участвуя в исполнении танца; - контролировать свои действия в коллективной работе и понимать важность их правильного выполнения; - стремиться к пониманию позиции другого человека; - понимать важность сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p>	<p>- выражать свое мнение о танце; - выразительно исполнять танцевальные движения, воспринимать их как средство общения между людьми; - контролировать свои действия в коллективной работе (импровизациях, инсценировках), соотносить их с действиями других участников и понимать важность совместной работы; - продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми, в т. ч. в проектной деятельности; - задавать вопросы; - использовать речь для регуляции своего действия и действий партнера; - стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - вставать на позицию другого человека, используя опыт</p>
---	---	---	---

			эмпатийного восприятия чувств и мыслей.
<i>учащийся получит возможность научиться:</i>			
<ul style="list-style-type: none"> - исполнять со сверстниками танцевальные этюды; - выполняя при этом разные функции (ритмическое сопровождение); - следить за действиями других участников в процессе танца и других видов совместной танцевальной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - выражать свое мнение о танце в процессе исполнения; - следить за действиями других участников в процессе импровизаций, коллективной и творческой деятельности; - контролировать свои действия в коллективной работе; - проявлять инициативу, участвуя в исполнении танца. 	<ul style="list-style-type: none"> - выражать свое мнение о танце, используя разные средства коммуникации (в т.ч. средства ИКТ); - понимать значение танца и музыки в передаче настроения и мыслей человека, в общении между людьми; - контролировать свои действия и соотносить их с действиями других участников коллективной работы, включая совместную работу в проектной деятельности; - продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми на уроке и во внеурочной деятельности; - формулировать и задавать вопросы, использовать речь для передачи информации, для регуляции своего действия и действий партнера; - стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - проявлять творческую инициативу в коллективной творческой деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - открыто и эмоционально выражать свое отношение к искусству, аргументировать свою позицию и координировать ее с позицией партнеров; - проявлять творческую инициативу, самостоятельность, воспринимать намерения других участников в процессе импровизаций, коллективной творческой деятельности; - участвовать в диалоге, в обсуждении различных явлений жизни и искусства; - продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников; - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; - применять полученный опыт творческой деятельности при организации содержательного культурного досуга.
Предметные результаты <i>учащийся научится:</i>			
<ul style="list-style-type: none"> - воспринимать доступную ему музыку разного эмоционально-образного содержания; - различать музыку разных жанров: песни, танцы и 	<ul style="list-style-type: none"> - эмоционально воспринимать музыку разного образного содержания, различных жанров; - различать музыку разных жанров: танец, марш, хоровод; - воспринимать их 	<ul style="list-style-type: none"> - воспринимать и понимать музыку разного эмоционально-образного содержания, разных жанров; - различать русские танцы и танцы других народов; - ориентироваться в 	<ul style="list-style-type: none"> - эмоционально и осознанно воспринимать танцы различных жанров; - эмоционально, эстетически откликаться на искусство, выражать свое отношение к

<p>марши;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воплощать образное содержание народного творчества в играх, движениях, импровизациях, в простых мелодиях; - слушать музыкальное произведение, выделяя в нем основное настроение, разные части, выразительные особенности; - наблюдать за изменениями темпа, динамики, настроения; - различать темпы, ритмы марша, танца и песни; - находить сходство и различие тем и образов, доступных пониманию детей; - воспринимать темповые (медленно, умеренно, быстро), динамические (громко, тихо) особенности музыки; - различать контрастность звучания музыки; - выделять сильную и слабую долю, хлопать в такт музыке; - воспроизводить заданный; ритмический рисунок хлопками - слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением 	<p>характерные особенности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - эмоционально выражать свое отношение к танцевальным произведениям доступного содержания; - различать жанры танцевальной музыки и ее особенности; - размышлять и рассуждать о характере танца; - слушать музыкальное произведение, выделять в нем его особенности, определять жанр произведения; - выражать свои эмоции в исполнении танца; - передавать особенности музыки в коллективном и индивидуальном исполнении танца, импровизации; - воспринимать темповые, динамические особенности музыки; - различать простые ритмические рисунки; - выразительно и ритмично двигаться под музыку разного характера, передавая изменения настроения в разных частях произведения; - понимать термины, определяющие характер музыки, музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4; - понимать и использовать термины, связанные с перестройками; 	<p>жанрах и основных особенностях музыкального фольклора;</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать возможности музыки, передавать чувства и мысли человека; - слушать музыкальное произведение, выделять в нем выразительные и изобразительные интонации, различать произведения разных жанров; - наблюдать за развитием музыкальных образов, тем, интонаций, воспринимать различие в формах построения музыки; - участвовать в коллективном воплощении танцевальных образов, выражая свое мнение в общении со сверстниками; - передавать различный ритмический рисунок в исполнении доступных произведений; - различать язык музыки разных стран мира; - понимать термины, определяющие характер музыки; - понимать термины, связанные с различными перестройками; - выполнять различные танцевальные шаги; - начать и закончить движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы; - передавать движением на сильную и слабые доли такта. 	<p>танцу в различных видах творческой деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - размышлять о танцевальных произведениях как способе выражения чувств и мыслей человека; - наблюдать за процессом и результатом танцевального развития; - общаться и взаимодействовать в процессе ансамблевого, коллективного исполнения; - исполнять танцевальные движения разных жанров; - определять виды музыки и танца; - оценивать и соотносить содержание и танцевальный язык народного и профессионального танцевального творчества разных стран мира; - понимать и знать все изученные термины и названия; - выполнять любые гимнастические упражнения под музыку различного характера, темпа; - отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки; - передавать ритмический рисунок любых знакомых песен.
---	--	--	---

<p>движения; - ритмично двигаться под музыку шагом и бегом; - выполнять простейшие подражательные движения; - исполнять синхронно движения и комбинации; - ориентироваться в пространстве класса и относительно друг друга (осуществлять перестроения); - исполнять простейшие элементы танца; - владеть корпусом во время исполнения движений; - координировать свои движения; - владеть танцевальной терминологией.</p>	<p>- выполнять различные танцевальные шаги; - различать танцевальные стили; - начать и закончить движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы; - свободно двигаться под музыку различного характера; - исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и разном направлении, сочетая их с движениями рук и головы; - на основных элементах классического танца выработать осанку, натянутость ног; - исполнять <i>preparation</i> в начале исполнения движения и закрывание руки на последние два аккорда; - отличать танцевальные стили в соответствии с характером исполнения и музыки.</p>		
<p>учащийся получит возможность научиться:</p>			
<p>- воспринимать, понимать и исполнять танцевальные элементы, доступные возрасту 6-8 лет; - передавать содержание танцевального искусства; - выражать свои эмоции в исполнении танца,</p>	<p>- воплощать выразительные особенности профессионального и народного творчества в движении, импровизациях; - воспринимать нравственное содержание музыкальных произведений различать на слух и чувствовать выразительность</p>	<p>- осуществлять (в рамках решения проектных задач) поиск необходимой информации, в т. ч. с использованием ИКТ; - владеть первоначальными навыками самоорганизации и самооценки культурного досуга; - проявлять творческую инициативу в реализации собственных замыслов в процессе игры, движения</p>	<p>- реализовывать творческий потенциал, осуществляя собственные танцевально-исполнительские замыслы в различных видах деятельности; - организовывать культурный досуг, самостоятельную творческую деятельность; - реализовывать</p>

<p>в придумывании подходящих танцевальных движений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать элементарную запись ритма и простой интонации; - выразительно и ритмично двигаться под музыку разного характера; - узнавать пройденные танцевальные элементы, танцы, музыкальные произведения; - самостоятельно выполнять разминку; - исполнять хореографический этюд в группе; - корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога. 	<p>звучания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявлять инициативу в музыкально – исполнительской деятельности; - понимать роль различных выразительных средств в создании танцевального образа; - узнавать пройденные музыкальные произведения; - этикету прошлых веков и понимать их взаимосвязь с современностью, особенность историко-бытовой, народной хореографии. 	<p>под музыку;</p> <ul style="list-style-type: none"> - импровизировать мелодии на отдельные фразы и законченные фрагменты в танце и марше; - различать танцевальную музыку; - узнавать пройденные танцы и музыкальные произведения; - свободно двигаться под музыку различного характера; - исполнять несложные комбинации из изученных на предыдущих годах элементов танца с переменой направления и чередованием длительностей; - держать точку при простейших вращениях по шестой позиции; - исполнять элементы в народном танце; - исполнять элементы историко-бытового танца; - использовать в повседневной жизни элементы дыхательной гимнастики. 	<p>собственные творческие замыслы в различных видах танцевальной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - импровизировать мелодии и ритмическое сопровождение на законченные фрагменты; - адекватно оценивать явления музыкальной культуры и проявлять инициативу в выборе образцов профессионального и музыкально-поэтического творчества народов мира; - оказывать помощь в организации и проведении школьных культурно-массовых мероприятий, представлять широкой публике результаты собственной музыкально-творческой деятельности, собирать музыкальные коллекции; - участвовать в различных композициях движений из разученных плясок и танцев.
---	--	---	---

учащийся получит возможность овладеть:

<ul style="list-style-type: none"> - первоначальными представлениями о хореографическом искусстве и его видах; - элементарными танцевальными понятиями; - простейшей координацией движения; - овладеть исполнительским мастерством сценического танца; - овладеть элементарными 	<ul style="list-style-type: none"> - представлениями о танцевальном искусстве и его видах, связях с другими видами художественного творчества; - представлениями о народной музыке и танцах, о танцевальной музыке разных народов; - овладеть общением между друг другом. 	<ul style="list-style-type: none"> - хореографическими понятиями; - образным мышлением; - умение работать с музыкальным материалом; - трудолюбием и выносливостью; - стремление к повышению общего культурного уровня; - эстетическим вкусом. 	<ul style="list-style-type: none"> - системой хореографических понятий. - выразительностью в исполнении освоенных элементов за счёт пластики корпуса, головы и рук; - овладеть быстрым темпом исполнения в классическом тренаже и новыми элементами народного и историко-бытового, бального танца; - основам дыхания в танце.
--	--	---	---

Содержание разделов программы.

Авторская программа спецкурса внеурочной деятельности «Ритмика и хореография» содержит следующие разделы:

1. Теоретические понятия.
2. Основы музыкальной грамоты.
3. Общеразвивающие и гимнастические упражнения.
4. Дыхательная и пальчиковая гимнастика.
5. Танцевальные упражнения и танцы.
6. Музыкальные игры и образные упражнения.

Обучение рассчитано на обучающихся с 1 по 4 классы, 1 час в неделю.

Развитие обучающихся и формирование у них определенных умений, знаний, навыков, овладение практическим и теоретическим материалом данной программы будет осуществляться по специальным критериям.

Соответственно оценивается изучение отдельно взятых элементов каждого направления.

1. Общие теоретические понятия:

В течение всего курса обучающиеся знакомятся со следующими понятиями: постановка корпуса, позиции рук, позиции ног, позиции в паре, линия танца, направление движения, углы поворотов, схема класса, схема зала, рисунок танца, дыхание, название танцев народов мира.

2. Основы музыкальной грамоты:

Включает в себя знакомство с основами музыкальной грамоты, необходимые для воспитания музыкального восприятия, формирования осознанного отношения к музыке и понимания законов построения музыкального произведения. Через движение, музыкально-ритмические упражнения, игры и задания, закрепляются основные понятия: характер музыки, средства музыкальной выразительности (темп, динамика, ритм), строение музыкального произведения (вступление, части, фразы, затакт), метроритм (музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4). Дети учатся передавать в движении общий характер музыки и её настроение. В процессе знакомства с разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями в ходе сопровождения танцевальных упражнений и танцев, происходит обогащение слушательского опыта и музыкального кругозора обучающихся, развивается и закрепляется интерес к музыке различных направлений и стилей.

3. Общеразвивающие и гимнастические упражнения:

Разминка проводится на каждом уроке в виде аэробики. Проводится под современную и популярную музыку.

Задача – развитие координации, памяти и внимания, умения «читать» движения; увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Последовательная разработка всех основных групп: суставов и мышц: кисти, предплечья. Всей руки, шеи, плеч, корпуса, бедра, колени, стопы.

Количество каждого вида упражнений – 4-8; на 4, 16, 32 счета. Общая продолжительность – 10-15 минут. Нагрузка регулируется в зависимости от возраста, степени подготовленности детей и насыщенности урока.

Партерная гимнастика – способствует развитию мышц брюшного пресса, мышц спины, коленного сустава, силы ног.

Упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, вырабатывается осанка, умение владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку детей, не допуская перенапряжения, а также учить их правильно дышать при выполнении упражнений и танцев.

4. Дыхательная и пальчиковая гимнастика:

Дыхательная гимнастика универсальна. Она может быть лечебной и профилактической, оздоровительной и развивающей, восстанавливающей силы и улучшающей настроение. Она, как правило, не имеет противопоказаний и очень результативна.

По наблюдению, Александры Николаевны Стрельниковой, оперной певицы, театрального педагога, автора уникальной дыхательной гимнастики, данная гимнастика помогает повысить успеваемость детей без каких-либо дополнительных уроков, как за счет снижения заболеваемости и, следовательно, уменьшения дней отсутствия учеников в школе по болезни, так и за счет увеличения работоспособности, повышения внимания, улучшения памяти.

Если гимнастику выполнять в системе, то достигается заметная положительная динамика: уменьшается количество ошибок, улучшается поведение детей на уроках, они меньше устают и больше успевают.

Упражнения осваиваются одно за другим, и результат не заставит себя ждать.

Данная гимнастика – единственная в мире, в которой короткий и резкий вдох носом сочетается с движениями, сжимающими грудную клетку. Это вызывает общую физиологическую реакцию всего организма, обеспечивающую необыкновенно широкий спектр позитивного воздействия.

И.М. Сеченов считал, что движения руки человека формируются в процессе воспитания и обучения как результат ассоциативных связей, возникающих при работе зрительного, слухового и речедвигательного анализаторов.

Высокий уровень развития мелкой моторики свидетельствует о функциональной зрелости коры головного мозга. Игры и упражнения на развитие мелкой моторики оказывают стимулирующее влияние на развитие речи. Они являются мощным средством поддержки тонуса и работоспособности коры головного мозга, средством взаимодействия ее с нижележащими структурами.

В процессе игр и упражнений на развитие мелкой моторики у детей улучшаются внимание, память, слуховое и зрительное восприятие,

воспитывается усидчивость, формируется игровая и учебно-практическая деятельность.

5. Танцевальные упражнения и танцы:

Задачей педагога при работе с детьми на первом этапе является правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений. Знакомство со средствами танцевальной выразительности (мимика, пластика, жест), воспитание танцевально-исполнительской культуры.

Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики, движения по линии танца: на носках, пяточках, перекаты стопы, высоко поднимая колени, выпады, ход лицом и спиной, бег, подскоки, соскоки, галоп лицом и спиной в центре и со сменой ног.

Танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

Положение, построение и перестроение:

Основное построение на уроке, построение в линии, построение в колонну, построение в шеренгу, построение в шахматный порядок, построение цепочкой, построение в круг, сужение и расширение, свободное размещение по площадке, положение в паре «Воротца», «Звездочки», «Карусель», «Корзиночка», «Плетень», «Змейка».

Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манер, характера в танцах.

Танцевальный репертуар включает: диско-танцы, народные, бальные, историко-бытовые, детские танцы. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности. Освоение репертуара танцев различных народов мира. Каждый танец имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, обучающиеся знакомятся с историей его создания, узнают традиции, обычаи, национальный характер и темперамент данного народа.

Диско-танцы.

Изучаются основные движения и вариации из них.

Бесконтактные: «Татрама», «Автостоп», «Грисс», «Тип-топ».

Развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. Улучшается память, внимание, внутренняя организация. Отрабатывается визуальное ведение в паре.

Контактные: «Вару-вару», «Рилио».

Также отрабатывается контактное ведение, координация и умение танцевать в паре.

Танцы из года в год могут меняться по мере того, как меняется стиль, мода и появляются новые популярные танцы.

Бальные танцы.

Наиболее сложными в смысле координации движений и ритмической окраски. Включаются танцы по европейской, латиноамериканской программам.

Основная задача: работа над движениями корпуса, правильного и полного переноса веса, точной работы стопы, гармоничной позиции в паре, ведения в паре. Баланс.

Латиноамериканская программа: «Рок-н-ролл», «Ламбада».

Народные танцы.

Раздел знакомит обучающихся с характером, стилем и манерой народной хореографии. Изучение осуществляется по принципу: «от простого к сложному», как в технике исполнения, так и по стилистым особенностям эмоциональной насыщенности.

Задачи данного раздела: развитие интереса к народному танцу, ознакомление с наиболее распространенными народными танцами, развитие индивидуального исполнительского мастерства в танце, воспитание интереса к танцам народов разной национальности.

Танцы: «Калинка», «Украинский», «Белорусский» и др.

Историко-бытовые танцы.

Задачи данного раздела: ознакомление с наиболее распространенными бытовыми танцами прошлых веков (16-19 веков), с их манерами и стилистическими особенностями исполнения, развитие музыкальности, координации движений и танцевальности, развитие навыков общения с партнером, знакомство с эпохой и историей костюма.

Танцы: «Полька», «Па-де-грас», «Полонез», «Сударушка» и др.

6. Музыкальные игры и образные упражнения:

Основная задача данного раздела – сформировать хореографические навыки, через образное восприятие обогатить набор движений, развить координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

Ритмика включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным препятствием в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, пополняют запас музыкальных впечатлений, используя их в разных видах деятельности, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Игра под чутким руководством педагога способствует развитию свободного творческого и эффективного мышления, раскрепощению живой души ребенка. Его эмоциональности, непосредственности, открытости, творческой

потенции, эмпатии и интуиции. В зависимости от этапа и целевых задач урока игровой материал может использоваться: как способ релаксации, переключения внимания или снятия напряжения; как форма актерского тренинга и психогимнастики; как способ активизации познавательного интереса и метод обучения основам хореографии (подготовка к восприятию, восприятие, отработка движений и закрепление действия).

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Методические основы реализации программы.

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, направленный на духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, сохранение и развитие культурного разнообразия. Личностно-ориентированное обучение, направленное на индивидуальное развитие всех обучающихся.

Основными принципами программы являются:

«от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логике к ощущению», «создание ситуации успеха».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Далее обучающиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Освоение техники исполнения возможно путем протанцовывания в медленном темпе. Перемена темпа еще более развивает чувство ритма. Дети быстрее осваивают движение, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся «считывать» движения. Но необходимо также развивать способность самостоятельно выполнять движения, слушая музыку. Необходимо концентрировать внимание на правильном исполнении.

В процессе реализации программы используются методы: словесный, наглядное и практическое восприятие. *Словесный метод* – с его помощью решаются различные задачи: объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой. Метод *наглядного восприятия* способствует более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися программы, воспитания, повышению интереса к изучаемому материалу – показ упражнений, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. *Практический метод* основан на активной деятельности самих обучающихся.

Дидактические принципы:

- *сознательности и активности* предусматривают сознательное отношение к занятиям, воспитание у обучающихся заинтересованности в овладении движениями во взаимосвязи с музыкой и осмысленного отношения к ним;

- *доступности* требует постановки перед обучающимися задач, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала и соблюдения в обучении элементарных правил;
- *систематичности* предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков.

Одной из важнейших задач программы является постановка в пары. У педагога очень ответственная и деликатная роль, необходимо в соответствии с интересами и симпатиями обучающихся сформировать пары. Для этого можно совместно с психологом школы провести социометрию.

Успешное выполнение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятиях такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с обучающимися на принципах сотворчества, содружества, общего интереса к делу, чутко реагирует на восприятие обучающихся и, поддерживая атмосферу радости, интереса к веселью, побуждает обучающихся к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Метапредметность.

Предмет содержит богатые возможности для формирования общеучебных навыков обучающихся, что создает основу для целостного развития личности. Показателем этого являются межпредметные связи, которые влияют на успешное прохождение этой программы и усвоение других учебных дисциплин. Настоящий курс опирается на понятия и навыки, которые обучающиеся получают на других предметах общеобразовательной школы. Он является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике.

Непосредственная связь ритмики с музыкой прослеживается на протяжении всего обучения, так как мы танцуем под *музыку* и выражаем характер музыки танцем. Обучающиеся должны усвоить понятия «ритм», «счет», «размер» и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные *исторические* корни и *географическое* происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, обучающиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражается в танце, и наоборот, изучая танец, обучающиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и *физкультурой*; и по строению урока, и по его насыщенности. Начинаясь с ритмики, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок имеет конкретную цель – натренировать те

или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия, физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

На уроках *МХК* – учащиеся изучают историю костюма, что позволяет им узнать о стилях, событиях его создания, о культуре данной страны и времени.

Изучение отдельных элементов движений и танцев происходит на *английском и французском языках*, что позволяет учащимся углубленно изучать иностранные языки.

Таким образом, основные разделы программы: теоретические понятия, основы музыкальной грамоты, общеразвивающие и гимнастические упражнения, дыхательная и пальчиковая гимнастика, танцевальные упражнения и танцы, музыкальные игры и образные упражнения, способствуют достижению главной цели - созданию условий для сохранения, укреплению и развитию физического и психологического здоровья ребенка.

Содержание разделов программы по годам обучения.

1 класс

1 час в неделю, 32 часа в год.

Задачи – научить слушать и понимать команды, музыку, разнообразить набор привычных движений, развить координацию, чувство ритма, память, внимание, переключение от одного вида деятельности к другому в ходе урока.

В 1 классе основное внимание уделяется: элементам музыкальной грамоты, партерной гимнастике, общеразвивающим упражнениям.

Элементы музыкальной грамоты:

- Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато-стаккато.

Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительными значениями темпа музыки (медленно, умеренно, быстро). Умение выполнять движения в различных темпах. Различать динамические оттенки музыки (тихо, умеренно, громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от характера музыки. Понятия легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении.

- Строение музыкального произведения.

Знакомство со строением музыкального произведения. Понятие: вступление, части, музыкальная фраза, начало и конец музыкальной фразы. Умение менять движение в зависимости от смены частей и фраз. Умение определять характер различных частей и двигаться в характер музыки.

Экзерсис: (упражнения для развития тела)

- повороты головы «упражнения на развитие мышц шеи»;
- упражнения для улучшения эластичности мышц плечевого и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;
- упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов;
- упражнения на укрепления мышц брюшного пояса, наклоны вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава;
- прыжки;
- дыхательные упражнения.

Партерный экзерсис:

- упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- вытягивания, разворачивание и сокращение стопы «развивает силу и эластичность берцовых и икроножных мышц, способствует развитию сухожилий пальцев и пяточных «ахилового» сухожилия, развивает выворотность тазобедренных, голеностопных суставов»;
- упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника;
- упражнения на улучшение гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;

- упражнения на улучшения гибкости коленных суставов;
- упражнение на исправление осанки;
- упражнения на расслабление всех мышц, релаксация.

Дыхательная и пальчиковая гимнастика:

- «Ладочки», «Погончики», «Насос», «Кошка».

Элементы классического танца:

- постановка корпуса по 6 позиции;
- позиции ног – 1, 2, 3, 5;
- позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3.

Танцевальные движения:

- поклон reverance;
- танцевальный шаг с носка;
- приставной шаг;
- переменный шаг;
- шаги на полу пальцах;
- легкий бег;
- подскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя;
- боковой галоп;
- хлопки в ладоши по одному и в парах.

Положение в паре:

- За одну руку;
- «Корзиночка».

Построение и перестроение:

- основное построение на уроке;
- интервал;
- построение в линии;
- построение в колонну;
- построение в шеренгу;
- построение в шахматный порядок;
- построение цепочкой;
- построение в круг, сужение и расширение;
- свободное размещение по площадке;
- понятие о движении по линии танца и против линии танца;
- положение в паре «Воротца», «Звездочки», «Змейка».

Игры на ориентирование в пространстве, игровые упражнения, игры-превращения.

Цель: развитие творческих способностей детей, импровизация под музыку «Внимание! Музыка!», «Игра в домики», «У оленя дом большой», «Меня укусил гиппопотам», «Летит, летит по небу шар», «Тихие воротца», «Гладить кошку», «Колка дров», «Утюг», «Бабочка», «Мячик».

Детские танцы:

«Татрама», «Цветочек», «Танец маленьких утят», «Полька Кремена», «Кузнечики», «Чунга-чанга», «Чебурашка», «Пингвины», «Бэби», «Квак-квак полька», «Ремонт», «Раз, два, три – на носочки», «Антошка», «Буратино».

Историко-бытовые танцы:

«Полька», «Па-де-грас».

«Полька» - ритмичность, позиции и координация ног, умение слушать музыку, умение быстро останавливаться, синхронность движений.

«Па-де-граз» - создан в конце 19 начале 20 века. Прост, изящен, логичен.

Основные требования, предъявляемые к исполнителю танцев: музыкальность, грамотность, красота и выразительность. Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и против линии танца. Понятие о ведущей роли мальчика в парном танце. Понятие об ансамбле.

Критерии оценивания знаний по предмету

Элементы музыкальной грамоты:

- определить характер музыки
- оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный)
- значения темпа музыки (медленно, умеренно, быстро)
- динамические оттенки музыки (тихо, умеренно, громко)
- понятие: вступление, части, музыкальная фраза, начало и конец музыкальной фразы
- определить характер различных частей и двигаться в характер музыки

Элементы классического танца:

- постановка корпуса по 6 позиции
- позиции ног – 1, 2, 3, 5
- позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3

Танцевальные движения:

- танцевальный шаг с носка
- приставной шаг
- переменный шаг
- легкий бег
- подскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя
- боковой галоп

Детские танцы:

- «Татрама»
- «Цветочек»
- «Танец маленьких утят»
- «Полька Кремена»
- «Кузнечики»
- «Чунга-чанга»
- «Чебурашка»
- «Пингвины»
- «Бэби»
- «Квак-квак полька»
- «Ремонт»
- «Раз, два, три – на носочки»
- «Антошка»
- «Буратино».

Историко-бытовые танцы:

- «Полька», «Па-де-грас»

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по «РИТМИКЕ И ХОРЕОГРАФИИ»

Класс **1кл**

№ п/п	Кол -во (ч)	дата	Тема урока	Основные понятия	Форма занятий	Приемы и методы	Танцевальный репертуар	Форма подведения итогов
1.	1	02.09	Беседа о технике безопасности на уроке. Основное построение.	Построение на уроке, в шахматном порядке, интервал.	Беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения
2.	1	09.09	Разучивание разминки. Постановка корпуса.	Наклоны головы, работа плеч, наклоны корпуса. По 6 позиции.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Колобок»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
3.	1	16.09	Разучивание партерной гимнастики. Построение и перестроение. Танцевальные движения. Имитация под музыку.	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Свободное размещение по площадке. Поклон, танцевальный шаг с носка.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Бабочка»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
4.	1		«От музыки к движению». Танцевальные движения.	Характер музыки. Переменный шаг с носка. Приставной шаг.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Внимание! Музыка!»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
5.	1		Азбука танца. Разучивание танца.	Позиции рук, ног	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Цветочек»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
6.	1		Дыхательная и пальчиковая гимнастика.	Дыхание, вдох, выдох Медленно, умеренно,	Рассказ, беседа, тренировочные	Словесный, наглядный,	«Ладшки»	Тренировочные упражнения,

			Выразительные значения темпа музыки.	быстро.	упражнения.	практический		самостоятельная работа
7.	1		Построение и перестроение по залу. Разучивание танца.	Колонну, линию, цепочкой.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Татрама»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
8.	1		Построение и перестроение. Танцевальные движения. Дыхательная и пальчиковая гимнастика.	Понятие о движении по линии танца и против линии танца. Боковой галоп. Подскок на месте.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Погончики»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
9.	1		Танцевальные движения. Разучивание танца.	Легкий бег	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Чебурашка»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
10.	1		Танцевальные движения. Разучивание танца.	Шаги на полупальцах. Подскоки с продвижением и вокруг себя.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Полька Кремена»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
11.	1		Дыхательная и пальчиковая гимнастика. Строение музыкального произведения.	Вступление, часть, начало и конец музыкальной фразы, музыкальная фраза.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Насос»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
12.	1		Танцевальные движения. Разучивание танца.	Хлопки в ладоши по одному и в паре	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Летит, летит по небу шар». «Раз, два, три на носочки»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
13.	1		Построение и перестроение.	Круг, сужение и расширение	Рассказ, тренировочные	Словесный, наглядный,	«Кошка»	Опрос, тренировочные

			Дыхательная и пальчиковая гимнастика.		упражнения.	практический		упражнения, самостоятельная работа
14.	1		Разучивание танца.	Круг, положение в паре	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Танец маленьких утят»	Тренировочные упражнения
15.	1		Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.
16.	1		Развитие творческих способностей.	Средство танцевальной выразительности	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Гладить кошку»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
17.	1		Разучивание танца.				«Кузнечики»	
18.	1		Положение в паре.	«Корзиночка»	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Тихие воротца»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
19.	1		Разучивание танца.	Средства танцевальной выразительности (пластика, мимика, жест)	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Чунга-чанга»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
20.	1		Развитие творческих способностей.		Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Колка дров»	
21.	1		Разучивание танца. Имитация под музыку.		Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Пингвины», «У оленя дом большой»	
22.	1		Положение в паре.	За одну руку, «Воротца».	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Игра в домики»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа

23.	1		Разучивание танца. Положение в паре.	«Звездочка».	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Ремонт»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
24.	1		Разучивание танца.	Положение в паре.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Полька»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
25.	1		Закрепление танца.		Тренировочные упражнения.	Практический	«Полька»	
26.	1		Положение в паре. Имитация под музыку. Разучивание танца.	«Змейка».	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Утюг», «Бэби»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
27.	1		Игра-превращение.	Средство танцевальной выразительности (мимика, жест, пластика).	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Меня укусил гиппопотам»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
28.	1		Разучивание танца. Игра-превращение.		Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Антошка», «Мячик»	
29.	1		Разучивание танца.	Сценический танец	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Буратино»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
30.	1		Закрепление танца.		Тренировочные упражнения.	Практический	«Буратино»	
31.	1		Историко-бытовой танец, его возникновение.	Этикет танца, салонный танец	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Па-де-граз»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
32.	1		Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога,		Самостоятельная работа.

						самостоятельная работа.		
Ито го:	32							

Содержание разделов программы по годам обучения.

3 класс

1 час в неделю, 34 часа в год.

Задачи – развить чувство ритма, музыкальность, пластику, координацию. Продолжить работу в паре, используя визуальное и контактное положение в паре, умение ориентироваться на танцевальной площадке.

Повторение всего материала, пройденного за предыдущие два года обучения.

Элементы музыкальной грамоты:

Закрепляют знания и навыки, полученные на втором году обучения, на новом музыкальном материале.

- Понятие о такте и затакте. Затактовое построение.
- Пунктирный ритм.

Экзерсис.

Партерный экзерсис на полу.

Дыхательная и пальчиковая гимнастика:

- «Маятник головой», «Перекаты», «Шаги».

Элементы классического танца:

- battement tendu вперед, в сторону, назад;
- носок каблук вперед, в сторону, назад;
- прыжки по 1,2,6 позиции, поджатые.

Танцевальные движения:

- «Елочка»;
- «Припадание» на месте, с продвижением в сторону;
- «Молоточки» – удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге, на месте, с продвижением;
- «Распашонка»;
- «Ковырялочка»;
- «До-за-до»;
- движение плеч и корпуса: подъем в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону;
- движение головы: повороты направо – налево, в различном характере, вверх-вниз с различной амплитудой, наклоны вправо – влево;
- «Присядка»: мячик, с выносом ноги в сторону на каблук или на воздух;
- работа рук в народном характере;
- верчение вправо и влево;
- быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

Положение рук в танцах.

Построение и перестроение:

- положение «Плетень», «Шене», «Расческа».

Игры на ориентирование в пространстве, игровые упражнения, игры-превращения.

Цель: развитие творческих способностей детей, импровизация под музыку «Кошки-мышки», «Воротца – игра», «Кукла», «Лягушка», «Змея», «Олень».

Детские танцы:

«Макарена», «Морячка», Танец «Троллей», «Полкис», «Маляры», «Аэробика» (зарядка), «Элефант», «Кадриль», «Фаина», «Хоровод».

Историко-бытовые танцы:

«Летка-Енька», «Полонез», «Русский лирический».

«Русский лирический» - музыкальность, ритмичность, ведение в паре.

Основные требования, предъявляемые к исполнителю танцев: музыкальность, грамотность, красота и выразительность. Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и против линии танца. Понятие о ведущей роли мальчика в парном танце. Понятие об ансамбле.

Критерии оценивания знаний по предмету

Элементы музыкальной грамоты:

- такт и затакт

Элементы классического танца:

- постановка корпуса по 6 позиции
- позиции ног – 1, 2, 3, 5
- позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3
- батман тондю вперед, в сторону, назад
- носок каблук вперед, в сторону, назад
- прыжки по 1,2,6 позиции, поджатые

Танцевальные движения:

- «Елочка»
- «Припадание» на месте, с продвижением в сторону
- «Молоточки» – удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге, на месте, с продвижением
- «Распашонка»
- «Ковырялочка»
- «До-за-до»
- «Присядка»: мячик, с выносом ноги в сторону на каблук или на воздух

Детские танцы:

- «Макарена»
- «Морячка»
- Танец «Троллей»
- «Полкис»
- «Маляры»
- «Аэробика»
- «Элефант»
- «Кадриль»
- «Фаина»
- «Хоровод»

Историко-бытовые танцы:

- «Летка-Енька»
- «Полонез»
- «Русский лирический»

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по «РИТМИКЕ И ХОРЕОГРАФИИ»**

Класс 3 кл

№ п/п	Ко л-во (ч)	дата	Тема урока	Основные понятия	Форма занятий	Приемы и методы	Танцевальный репертуар	Форма подведения итогов
1.	1		Беседа о технике безопасности на уроке. Основное построение.	Построение на уроке, в шахматном порядке, интервал.	Беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения
2.	1		Разучивание разминки. Постановка корпуса. Элементы классического танца.	Наклоны головы, работа плеч, наклоны корпуса. battement tendu вперед, в сторону, назад.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Аэробика», «Кот и мыши»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
3.	1		Разучивание партерной гимнастики.	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
4.	1		Закрепление и отработка разминки и партерной гимнастики. Элементы классического танца.	Наклоны головы, работа плеч, наклоны корпуса. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Носок каблук вперед, в сторону, назад.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
5.	1		Дыхательная и пальчиковая гимнастика.	Дыхание, вдох, выдох	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Маятник головой»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
6.	1		Танцевальные движения. Элементы классического танца. Разучивание танца.	«Елочка». Прыжки по 1, 2, 6 позиции.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Полька Полкис»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа

7.	1		Понятие о такте и затакте. Дыхательная гимнастика. Танцевальные движения.	«Припадание» на месте.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Перекаты»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
8.	1		Элементы классического танца. Танцевальные движения. Разучивание танца.	Прыжки – поджатые «Припадание» с продвижением в сторону.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Маляры»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
9.	1		Затактовое построение. Танцевальные движения. Построение и перестроение.	«Молоточки», «Присядка» – мячик. «Плетень»	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Игра - воротца»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
10.	1		Танцевальные движения. Развитие творческих способностей. Разучивание танца.	«Распашонка», «Присядка» - с выносом ноги в сторону на каблук.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Кукла», «Хоровод»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
11.	1		Пунктирный ритм. Построение и перестроение. Дыхательная и пальчиковая гимнастика.	«Шене»	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Шаги»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
12.	1		Танцевальные движения. Построение и перестроение. Разучивание танца.	«Ковырялочка», «Присядка» - с выносом ноги в сторону на воздух. «Расческа».	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Летка-Енька»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
13.	1		Танцевальные движения. Развитие творческих способностей.	Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Лягушка»	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
14.	1		Танцевальные движения.	«До-за-до», работа рук в	Рассказ,	Словесный,		Тренировочные

				народном характере.	тренировочные упражнения.	наглядный, практический		упражнения, самостоятельная работа
15.	1		Танцевальные движения. Разучивание танца.	Вращение вправо и влево.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Макарена»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
16.	1		Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.
17.	1		Разучивание танца.	Эстрадный танец	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Морячка»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
18.	1		Закрепление танца.		Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Самостоятельная работа
19.	1		Развитие творческих способностей.	Средство танцевальной выразительности.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Змея»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
20.	1		Разучивание танца.	Народный танец.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Кадриль»	Опрос, тренировочные упражнения
21.	1		Закрепление танца.		Тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения, самостоятельная работа

22.	1		Разучивание танца.	Сценический танец.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	Танец «Троллей»	Опрос, тренировочные упражнения
23.	1		Закрепление танца.		Тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
24.	1		Развитие творческих способностей.	Средство танцевальной выразительности.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Олень»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
25.	1		Разучивание танца.	Эстрадный танец.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Фаина»	Опрос, тренировочные упражнения
26.	1		Закрепление танца.		Тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
27.	1		Разучивание танца.	Эстрадный танец.	Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Элефант»	Опрос, тренировочные упражнения
28.	1		Закрепление танца.		Тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
29.	1		Историко-бытовой танец. Разучивание танца.	Положение в паре, партнер, ведущий, танцевальный этикет.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Полонез»	Опрос, тренировочные упражнения
30.	1		Закрепление танца.		Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения, самостоятельная работа

31.	1		Разучивание танца.		Рассказ, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Русский лирический»	Опрос, тренировочные упражнения,
32.	1		Разучивание танца.		Тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения
33.	1		Закрепление танца.		Тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения, самостоятельная работа
34.	1		Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.
Ито го:	34							

