

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» З.И. ПМ
Л.В. Новикова
30 августа 2016г.



Рабочая программа
по РИТМИКЕ И ХОРЕОГРАФИИ
(внеурочная деятельность)
для 5,7б, 9 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.

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 способствует росту их общей культуры, коммуникабельности. В результате знакомства формируется вкус детей, они начинают понимать и воспринимать прекрасное не только в искусстве, но и в жизни.

Хореография в МБОУ гимназии №3 является предметом по выбору, в связи с тем, что в гимназическом компоненте учебного плана танцами занимаются обучающиеся с 1 по 11 класс. В основе программы лежит гуманитарное и эстетическое воспитания обучающихся, в связи с этим к хореографическому искусству и истории танца отводится особое внимание.

Целью уроков является создание условий для приобщения обучающихся к искусству хореографии, развитию их художественного вкуса, техники исполнения, музыкальности, выразительности. Используя разнообразные и доступные движения классического, народного танца, бального, историко-бытового и современного танцев.

Задачи:

1. знакомство с историей танца, показать разнообразие танцев;
2. знакомство детей с народными, балльными, историко-бытовыми, современными элементами танцев;
3. развитие индивидуальных способностей детей: укрепление опорно-двигательного аппарата, двигательных навыков, исправление дефектов спины (осанки), походки;
4. развитие музыкальности, ритмичности, координации и ориентации в пространстве.

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.

Предмет «Ритмика и хореография» изучается в 1 – 11 классах, на изучение в каждом классе отведено по 1 часу в неделю, 32-34 часа в год.

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.

Адаптационная программа с 5 по 11 классы построена по концентрической системе, которая основана на углубленном изучении материала, пройденного в предыдущих классах. С 1 по 4 класс изучаются основные элементы танцев, а с 5 по 11 класс эти элементы повторяются и усложняются. 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.

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Ритмика и хореография».

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;

- метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;

- предметные результаты – выполнение ритмических и хореографических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Содержание разделов программы.

Программа «Ритмика и хореография» содержит следующие разделы:

1. теоретические понятия
2. общеразвивающие упражнения
3. разминка
4. диско-танцы
5. бальные танцы
6. народные танцы
7. историко-бытовые танцы
8. современные (модерн-джаз) танцы
9. история танца

Обучение рассчитано на обучающихся 5-11 классов.

Развитие обучающихся и формирование у них определенных умений, знаний, навыков, овладение практическим и теоретическим материалом данной программы будет осуществляться по специальным критериям (см. приложение №1). Соответственно оценивается изучение отдельно взятых элементов каждого направления.

Общие теоретические знания.

В течение всего курса обучающиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции рук
- позиции ног
- позиции в паре
- позиции европейских танцев
- позиции латиноамериканских танцев
- линия танца
- направление движения
- углы поворотов
- схема класса
- схема зала

Общеразвивающие упражнения.

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 с подскоками
- галоп лицом и спиной в центре и со сменой ног
- постановка корпуса, рук и ног

Перестроение для танцев:

- «линии»
- «хоровод»
- «змейка»
- «шахматы»

▪ «круг»

Ставится задача через образное восприятие обогатить набор движений, развить координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

Разминка.

Разминка проводится на каждом уроке в виде аэробики. Изучаются элементы классического, джазового танца, изучение основных позиций ног, рук. 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 – работа мышц брюшного пояса, мышц спины, коленного сустава, силы ног.

Диско-танцы.

Изучаются основные движения и вариации из них, история возникновения танца.

Бесконтактные: «Тип-топ», «Грисс», «Диско».

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

Контактные: «Рилио».

Также отрабатывается контактное ведение и умение танцевать в паре.

Бальные танцы.

Являются наиболее сложными в смысле координации движений и ритмической окраски. Включаются танцы по европейской, латиноамериканской программ. Раздел знакомит с историей танца.

Ставится задача отработки корпусного движения, правильного и полного переноса веса, точной работы стопы, гармоничной позиции в паре, ведения в паре.

Европейская программа: «Медленный вальс», «Венский вальс», «Танго».

Латиноамериканская программа: «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Мамба».

Народные танцы.

Раздел знакомит обучающихся с историей, характером, стилем и манерой народной хореографии. Изучение осуществляется по принципу: «от простого к сложному», как в технике исполнения, так и по стилистическим 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», «Цыганский», «Украинский», «Белорусский» и др.

Историко-бытовые танцы

Задачи данного раздела:

- ознакомление с наиболее распространенными бытовыми танцами прошлых веков (16-19в.), с их манером и стилевыми особенностями исполнения
- развитие музыкальности, координации движений и танцевальности
- развитие навыков общения с партнером
- знакомство с эпохой и историей костюма.

Танцы: «Менуэт», «Полонез», «Полька», «Фигурный вальс» и др.

Модерн-джаз танец.

Задачи данного раздела:

- ознакомление с историей и наиболее распространенными элементами танца
- развитие музыкальности, координации движений и танцевальности
- воспитание интереса к танцам современной хореографии

Стиль, основанный на сочетании техники танца «модерн» и джаз-танца. Свобода пластики «модерна» здесь подчинена основным принципам джазового танца: релаксации, изоляции.

В нем нет напряжения всего корпуса. Корпус в этом виде танца разъединяется на составные части, которые двигаются раздельно друг от друга ритмически в пространстве.

Изоляция – это технический метод, с помощью которого принцип переводится в зримую танцевальную деятельность.

Релаксация – это возможность движения в центрах корпуса изолированно, без труда.

Методические аспекты освоения программы.

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».

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.

Одной из важнейших задач раздела является постановка в пары. У педагога очень ответственная и деликатная роль, необходимо в соответствии с интересами и симпатиями обучающихся сформировать пары.

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

Межпредметные связи

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 некоторые 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 всем этапе, 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.

Содержание разделов программы по годам обучения.

5 класс

1 час в неделю, 34 часов год.

Задача – освоить танцы с более сложной координацией и положение в паре. Развить логическую и мышечную память. Отработать технику движений, ритмичность и музыкальность.

Повторяется весь материал, пройденный за предыдущие года обучения, обобщение полученных практических навыков и знаний.

Теоретические понятия.

Введение в предмет. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

Беседы по истории хореографического искусства.

Элементы музыкальной грамоты:

- понятие о темпе и контрасте музыкального произведения.

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;
- упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе;
- растяжки на полу;
- упражнения для гибкости и укрепления мышц спины, живота.

Основы обучения дыханию в хореографии.

Элементы классического танца:

- постановка корпуса по 6 позиции;

- позиции ног – 1, 2, 3, 5;
- позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3.
- Preparation;
- releve – подъем на полупальцы по 1,2,6 позиции;
- прыжки по 1,2,6 позиции, поджатые.

Танцевальные движения:

- переменный шаг с носка
- основной шаг польки
- подскок
- соскок
- галоп вправо, влево
- молоточки
- моталочка
- маятник
- гармошка
- распашонка
- припадание вправо, влево (с работой рук)
- ковырялка
- па де баск
- присядка «разножка»
- присядка по 6 позиции, по 1 позиции, с выносом ноги на воздух, на пятку

Дроби:

- одинарная
- двойная
- стелящаяся

Верчение:

- припадание в повороте на 45 и 90 градусов
- подскок по 4, 2 и 1 на месте и в повороте на 45 и 90 градусов
- перескок в повороте на месте и по кругу
- шене по кругу на полупальцах
- тыколка

Трюки:

- подсечка

Построение и перестроение.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками, построение в круг, движение по кругу. Положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка», «круг в круге», «стенка», «гребень», «шене», «ручеек», «волна».

Диско-танцы.

История развития диско-танца. Продолжается разработка мышечной свободы как основы пластики. Усложнение техники исполнения за счет

сочетания ритмов во время движения. Вводятся понятия «жанр», «стиль» танца. Изучаются танцевальные движения и комбинации стиля «диско».

Изоляция. Координация. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров. Использование падений и подъемов во время комбинаций:

Стиль «диско», основные движения рук: переводы из положения в положение через промежуточные позиции. Боковой переменной ход (шаг накрест с выносом ноги на полупальцы). Приставные шаги вперед, назад, в сторону с двойной «волной» корпуса. Движение на месте с выведением бедра. Повороты на месте, с продвижением. Простые и тройные ходы с броском ноги на 90° (и выше).

Скользкий ход вперед, в сторону, назад.

«Диско» - пружинка в ногах, круговые вращения правой и левой рукой от локтя, хлопки в ладоши, удары ладошами по ногам, разворот прыжком вправо влево.

«Чарльстон» - основное движение на одной ноге, попеременное движение с двух ног, двойное основное движение.

«Рилио», «Тип-топ», «Ламбада».

Историко-бытовые танцы.

«*Фигурный вальс*» - музыкальность, ритмичность, техника работы стопы, геометрия шагов, техника поворотов, перенос веса, корпусное движение, ориентация в зале, контактное ведение в паре.

Разучивается по одному, в медленном темпе, на всей стопе: балансе вправо, влево; поворот вправо влево; окошечко; вальсовая дорожка; вальсовый поворот; постановка в пару.

Бальные танцы.

Задачи: сформировать у обучающихся четкое представление о ритмической основе каждого танца; научить обучающихся ориентироваться в танцевальном зале; дать понятие о работе стоп, колен, рук, корпуса, движений от опорной ноги.

История возникновения танцев. Латиноамериканские танцы, европейские танцы.

Латиноамериканские танцы:

«*Ча-ча-ча*» - ритмичность, координация движений, техника работы стопы, бедер, корпуса, перенос веса, техника поворотов, позиции в паре, визуальное и контактное ведение, ориентация в зале. Разучивается по одному, в медленном темпе: основной шаг; чек вправо, влево; поворот вправо, влево.

«*Джайв*» - Техника исполнения шагов в теле, ведение в паре, технический поворот. Разучивается по одному, в медленном темпе, на всей стопе: основной шаг на месте, поворот, разворот, шоссе, кики, постановка в пару.

Народные танцы.

История возникновения танцев, связь русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом, разнообразие народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой. Традиции, сложившиеся в исполнении русского народного танца.

Русский народный танец – часть национальной культуры русского народа. В этот раздел входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног в русском танце, развитие координации движений, во время исполнения простейших элементов и движений на середине зала.

«Русская кадрили» - формы построения кадрили, положение рук, положение в паре, основной шаг, основные движения в танце, разновидности шагов, положение корпуса.

«Кантри» - положение рук, основной шаг, положение корпуса.

Критерии оценивания знаний по предмету 5 класс

Элементы музыкальной грамоты.

- Понятие о темпе и контрасте музыкального произведения.

Основы обучения дыханию в хореографии.

Элементы классического танца:

- постановка корпуса по 6 позиции;
- позиции ног – 1, 2, 3, 5;
- позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3.
- Preparation;
- releve – подъем на полупальцы по 1,2,6 позиции;
- прыжки по 1,2,6 позиции, поджатые.

Танцевальные движения:

- переменный шаг с носка
- основной шаг польки
- подскок
- соскок
- галоп вправо, влево
- молоточки
- моталочка
- маятник
- гармошка
- распашонка
- припадание вправо, влево (с работой рук)
- ковырялка
- па де баск
- присядка «разножка»
- присядка по 6 позиции, по 1 позиции, с выносом ноги на воздух, на пятку

Дроби:

- одинарная
- двойная
- стелящаяся

Верчение:

- припадание в повороте на 45 и 90 градусов
- подскок по 4, 2 и 1 на месте и в повороте на 45 и 90 градусов
- перескок в повороте на месте и по кругу

- шене по кругу на полупальцах

- тыколка

Трюки:

- подсечка

Построение и перестроение.

Диско-танцы.:

«Диско»;

«Чарльстон»;

«Рилио»;

«Тип-топ»;

«Ламбада»;

историко-бытовые танцы:

«Фигурный вальс»;

бальные танцы:

латиноамериканские танцы:

«Ча-ча-ча»;

«Джайв»;

народные танцы:

«Русская кадрили»;

«Кантри».

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по «РИТМИКЕ И ХОРЕОГРАФИИ»

Класс 5кл

№ п/п	Кол-во часов	Тема урока	Основные понятия	Формы занятий	Приемы и методы	дата	Формы подведения итогов
1.	1	Вводный урок. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях по хореографии. Основное построение. Критерии внешнего вида.	Построение на уроке, в шахматном порядке, интервал.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения
2.	1	Упражнения на формирования правильной осанки. Разучивание движений разминки и партерной гимнастики. Элементы классического танца. Понятие о темпе и контрасте музыкального произведения.	Объяснение понятий: «выворотность» «втянутый живот» «вытянутое колено, стопа». Упражнение для стоп (сидя на полу ноги вытянуты вперед) сокращение, вытягивание, круговые движения стопами. Упражнения «складочка» «бабочка». Наклоны головы, работа плеч, наклоны корпуса. Preparation, позиции ног, рук, постановка корпуса.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
3.	1	Разучивание партерной гимнастики. Танцевальные движения. Положение рук в танце. Основы обучения дыханию в хореографии.	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Легкий бег: на полупальцах, с высоким подниманием бедра, пятками до ягодиц. Руки на поясе.	Рассказ, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
4.	1	Закрепление и отработка разминки и партерной гимнастики. Построение и	Наклоны головы, работа плеч, наклоны корпуса. Упражнения на напряжение и	Рассказ, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения,

		перестроение.	расслабление мышц тела. «Гребень», «Ручеек», «Волна», «Стенка на стенку».				самостоятельная работа
5.	1	История хореографического искусства. Изучение основных элементов танца. Верчение. Танец.	Переменный шаг с носка, основной шаг польки, подскок, соскок, галоп, ковырялка, молоточки, припадание вправо, влево (с работой рук), маятник, моталочка, гармошка. Подскок по 4, 2 и 1 на месте и в повороте на 45 и 90 градусов.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
6.	1	Изучение основных элементов танца. Верчение.	«Па де баск». Присядка «разножка». Припадание в повороте 45 и 90 градусов.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения
7.	1	История развития диско-танца. Разучивание диско-танец, 1 часть	Работа бедер вправо, влево, восьмерка бедрами	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
8.	1	Разучивание диско-танец, 2 часть	Работа бедер вправо, влево, восьмерка бедрами				
9.	1	Закрепление диско-танец		Тренировочные упражнения	Практический		
10.	1.	История возникновения вальса. Разучивание танца по одному медленно, на всей стопе.	Балансе вправо и влево, поворот вправо и влево, окошечко вперед назад поворот.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
11.	1.	Разучивание танца по одному медленно, на всей стопе по кругу.	Вальсовая дорожка, вальсовый поворот.				
12.	1.	Разучивание танца. Постановка в пару.	Постановка в пару до поворота.				
13.	1	Закрепление.		Тренировочные упражнения	Практический		
14.	1	Разучивание танца 1 часть	По одному, постановка в пару.	Рассказ, беседа,	Словесный,		Опрос,

15.	1	Разучивание танца 2 часть		тренировочные упражнения.	наглядный, практический		тренировочные упражнения, самостоятельная работа
16.	1	Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.
17.	1	Изучение основных элементов танца. Верчение, трюки.	«Перескок» в повороте на месте, по кругу. Присядка по 6 позиции, по 1 позиции, с выносом ноги на воздух, на пятку.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
18.	1		Дробь: одинарная, двойная, стелящаяся. «Шене» по кругу на полупальцах. «Тыколка» (девочки). «Подсечка» (мальчики).				
19.	1	История возникновения танца. Разучивание танца	Основной шаг на полупальцах и с носка, положение рук, положение корпуса.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Хоровод»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
20.	1						
21.	1	История возникновения народных танцев. Разучивание танца.	Положение рук. Основной шаг. Фигуры. Дробь, верчение, присядки.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Русская кадрили»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа.
22.	1						
23.	1	Закрепление танца		Тренировочные упражнения	Практический		
24.	1	История возникновения танца. Разучивание танца.	Положение рук, основной шаг с каблука вразвалочку, положение корпуса. Кики ногами в сторону.	Рассказ, беседа, тренировочные	Словесный, наглядный, практический	«Кантри»	Опрос, тренировочные упражнения,
25.	1						

			Галоп.	упражнения.	.		самостоятельная работа.
26.	1	Закрепление танца		Тренировочные упражнения	Практический		
27.	1	Разучивание танца	Работа бедер, переступание на полу пальцах с приседанием. Вынос ноги в сторону на 30 градусов.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Ламбада»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа.
28.	1	Закрепление танца		Тренировочные упражнения	Практический		
29.	1	Латиноамериканские танцы. История	Основной шаг, чек. По одному, медленно	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Ча-ча-ча»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа.
30.	1	возникновения танца. Разучивание танца.	Поворот вправо, влево. По одному, медленно				
31.	1	Закрепление танца	По одному, медленно	Тренировочные упражнения	Практический		
32.	1	Разучивание танца	Основной шаг, кики, пружинка, галоп, подскок.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический	«Диско»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа.
33.	1	Закрепление танца		Тренировочные упражнения	Практический		
34.	1	Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.
ито го	34 час а						

7 класс

1 час в неделю, 34 часа в год.

Задача – развитие выразительности движений. Формирование общих представлений о культуре движений. Привитие культуры общения в паре, в коллективе.

Повторяется весь материал, пройденный за предыдущие года обучения, обобщение полученных практических навыков и знаний.

Экзерсис. Партерный экзерсис.

Элементы классического танца.

Танцевальные движения:

- полька в повороте с продвижением;
- веревочка двойная и на каблук;
- веревочка с ковырялкой;
- хлопки и хлопушки (фиксирующие); в ладоши и по корпусу; поочередные удары по голенищу сапога спереди крест-накрест.

Дроби:

- мелкая не прерывная, ключ

Верчение.

Трюки:

- поджатый колени перед грудью
- поджатый колени в сторону «Ястреб»

Историко-бытовые танцы.

«Фигурный вальс» - исполнение в натуральном темпе.

Бальные танцы. История возникновения танцев.

Европейские танцы:

«Медленный вальс» - по одному на полупальцах; правая и левая перемена; правый и левый квадрат; постановка в пару.

«Венский вальс» - под локоток; медленно в паре - правый поворот; в натуральный темп - правый поворот.

«Аргентинское танго» - по одному; поступательный боковой шаг; основной шаг; винт; выпады.

Латиноамериканские танцы:

«Ча-ча-ча» - в паре в натуральный темп; основной шаг; чек; поворот.

«Самба» - постановка в паре; самба ход на месте; самба ход вперед, назад, вправо, влево; самба ход с продвижением вперед, назад; виск вправо влево; вольта вправо влево; ботафога вперед, назад; лок степ.

«Джайв» - по одному, в быстром темпе; основной шаг на месте; поворот; разворот; шоссе; кики; смена мест слева направо; смена мест справа налево; постановка в пару; в быстром темпе

Народные танцы: История возникновения танцев.

«Молдавский танец». Положение рук, основной шаг, положение корпуса, перескоки, выстукивания, прыжки с согнутой ногой вперед.

«Польский танец». Позиции и положения ног; положения рук в танце; волнообразное движение рук; «ключ» - удар каблуками: одинарный и двойной; pas balance; «голубец»; pas gala - основной ход мазурки; pas marche – легкий бег; опускание на колено; вращение в паре; «кабриоль» в сторону

45° в прямом положении; заключение: простое и двойное; переборы – три переступания на месте по 1-й прямой позиции.

Современный танец. История возникновения танцев.

Формирование у обучающихся потребности в специальной двигательной активности. Основное внимание уделяется подготовке мышечного и связочного аппарата детей. С этой целью используются упражнения хореографической гимнастики.

Скелетные мышцы развиваются гармоничнее, а их силовые возможности проявляются полнее, если упражнения на силу сочетаются с упражнениями на растяжимость мышц и на повышение подвижности в суставах. Для развития гибкости применяется метод выполнения упражнений с увеличением амплитуды. Все многочисленные упражнения этого метода подразделяются на активные и пассивные. К активным относятся маховые (всевозможные вращения и махи звеньев тела в различных направлениях), фиксированные (различные наклоны, повороты, прогибания) при закрепленных звеньях тела и статические движения (удержание звеньев тела в положении максимальной амплитуды). Пассивные упражнения на гибкость выполняются с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения.

Обучающиеся продолжают изучать движения хореографической гимнастики и начинают знакомиться с терминологией современного танца. Основные позиции, положения и функции рук и ног в современном танце. Руки имеют максимальную возможность движения: руки могут двигаться вытянутые, без изгибов. Две руки могут исполнить множество сочетаний в различных плоскостях (вперед, вверх, сзади); каждая часть руки – кисть, предплечье, пальцы – может двигаться изолированно или в сочетании одна с другой; положения кисти – вытянутая, сокращенная (flex); локоть – вытянут, округлен.

Двойная функция ног: передвижение тела в пространстве и выполнение самостоятельных движений. Шаги (исполняются по кругам и диагонали): мягкий шаг, ходьба на носках, высокий шаг, острый шаг, приставной шаг (шаг польки). Волна: прямая (лицом к станку), боковая. Взмахи руками с волной: целостный взмах, поднимая руки вперед, целостный взмах в прогибе назад.

«Клубный танец» - основные шаги, положение корпуса, вариации.

«Фанк» - основные шаги, положение корпуса, вариации.

Критерии оценивания знаний по предмету

7 класс

Танцевальные движения:

- полька в повороте с продвижением
- веревочка двойная и на каблук
- веревочка с ковырлялкой
- хлопки и хлопучки (фиксирующие); в ладоши и по корпусу; поочередные удары по голенищу сапога спереди крест-накрест

Дроби:

- мелкая не прерывная
- ключ

Верчение.

Трюки:

- поджатый колени перед грудью
- поджатый колени в сторону «Ястреб»

Бальные танцы: Европейские танцы: «Медленный вальс», «Венский вальс», «Аргентинское танго».

Латиноамериканские танцы: «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв».

Народные танцы: «Молдавский танец», «Польский танец».

Современный танец: «Клубный танец», «Фанк».

Материально-техническое обеспечение:

- наличие оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, станок, музыкальная аппаратура и видеоаппаратура;
- музыкальное сопровождение наличие аудиозаписей, кассеты, CD диски;
- DVD диски (с аудио и видео материалами);
- DVD диски с обучающими материалами;
- наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек велосипедки и футболка, либо купальник для занятий и юбочка, носочки, чешки, балетки);
- обязательное отсутствие колющих предметов, булавок, волосы у девочек собраны на резинку или зашпилены в шишку

Программно-методическое обеспечение:

- методические разработки, литература по хореографическому искусству;
- методические видеоматериалы различных направлений хореографии.
- видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

Санитарно-гигиенические требования

Занятия проводятся в кабинете, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен иметь хорошее освещение и периодически проветриваться. В наличии должна быть раздевалка аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по «РИТМИКЕ И ХОРЕОГРАФИИ»

Класс **7Б,**

№ п/п	Кол-во часов	Тема урока	Основные понятия	Формы занятий	Приемы и методы	дата	Формы подведения итогов
1.	1	Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях по хореографии. Основное построение. Критерии внешнего вида.	Построение на уроке, в шахматном порядке, интервал.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения
2.	1	Упражнения на формирования правильной осанки. Разучивание движений разминки и партерной гимнастики. Элементы классического танца. Основы дыхания в хореографии.	Упражнение для стоп (сидя на полу ноги вытянуты вперед) сокращение, вытягивание, круговые движения стопами. Упражнения «складочка» «бабочка». Наклоны головы, работа плеч, наклоны корпуса. Preparation, позиции ног, рук, постановка корпуса.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
3.	1	Беседа по хореографическому искусству. Разучивание танца	Правая и левая перемена, правый и левый квадрат, по одному, на полу пальцах.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Медленный вальс»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
4.	1	Постановка в паре.	Правая и левая перемена на полу пальцах.				
5.	1		Правый и левый квадрат, на полу пальцах.				
6.	1	Закрепление танца		Тренировочные упражнения	Практический		
7.	1	Разучивание танца. Постановка в пару.	В натуральный темп основной шаг, чек, поворот в паре.	Рассказ, беседа, тренировочные	Словесный, наглядный,	«Ча-ча-ча»	

8.	1	Закрепление танца		упражнения	практический		
9.	1	Разучивание танца.	Правый поворот медленно в паре под локоток.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Венский вальс»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
10.	1		Правый поворот в паре под локоток в натуральный темп.				
11.	1	Разучивание в паре.	Основной шаг, поворот, разворот, приставные шаги, кики, натуральный темп	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Джайв»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
12.	1	Закрепление танца.		Тренировочные упражнения	Практический		
13.	1	Разучивание танца. Постановка в паре.	Самбоход на месте, самбоход вперед назад, шаг вправо влево, шаг с продвижением вперед назад	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Самба»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
14.	1		Виск в право влево, вольта в право влево, ботафога вперед назад.				
15.	1	Закрепление танца.					
16.	1	Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.
17.	1	История возникновения танца. Разучивание танца. Закрепление танца	Основной шаг, винт, выпады	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Аргентинское танго»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
18.	1			Тренировочные упражнения	Практический		
19.	1						
20.	1	Изучение основных элементов танца. Дробь. Верчение. Трюки.	Полька в повороте с продвижением, веревочка двойная и на каблук, веревочка с ковырялкой. Хлопки и	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения,

			хлопушки: в ладоши и по корпусу, поочередно удары по голенищу сапога спереди крест на крест. Дроби: ключ, мелкая не прерывная. Поджатый колени перед грудью, поджатый колени в сторону «Ястреб».				самостоятельная работа
21.	1	История возникновения танца.	Положение рук, основной шаг, положение корпуса. Перескоки, выстукивания. Прыжки с согнутой ногой вперед.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Молдавский танец»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
22.	1	Разучивание танца					
23.	1	Закрепление танца					
24.	1	История возникновения танца.	Положение рук, основной шаг, положение корпуса. «Ключ» - удар каблуками, «голубец», легкий бег, переборы.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Польский танец»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
25.	1	Разучивание танца					
26.	1	Закрепление танца					
27.	1	История возникновения танца. Современная хореография.	Основные шаги, техника рук. Положение корпуса. Вариация.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	Клубный танец	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
28.	1	Разучивание базовых элементов клубного танца					
29.	1						
30.	1	Разучивание танца	Основные шаги, техника рук. Положение корпуса. Вариация.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Фанк»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
31.	1						
32.	1						
33.	1						
34.	1	Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.

Ит ого	34						
-----------	----	--	--	--	--	--	--

Содержание разделов программы по годам обучения.

9 класс

1 час в неделю, 34 часа в год.

Задача - научить обучающихся свободе передвижения в паре, положение в паре, выработать чувство ритма. Усложнение техники движений за счет ускорения темпа в комбинациях. Особое внимание уделяется исполнительской манере.

Повторяется весь материал, пройденный за предыдущие года обучения, обобщение полученных практических навыков и знаний.

Экзерсис. Партерный экзерсис.

Элементы классического танца.

Танцевальные движения.

Дроби.

Верчение:

- с движением «моталочки» по диагонали, с движением «ковырялочки» на месте

Трюки: ползунок, метелочка

Историко-бытовые танцы.

«Фигурный вальс» - постановка в пару, натуральный темп. «Полька».

Бальные танцы. История возникновения танцев.

Задачи: продолжение работы над скоростью передвижения пар на танцевальной площадке; совершенствование работы опорной стопы; смысловая окраска элементов в латиноамериканских танцах; артистизм, его роль в дуэтном танце.

Европейские танцы:

«Медленный вальс» - в паре.

«Аргентинское танго» - постановка в пару, натуральный темп.

«Венский вальс» - в паре в натуральный темп, правый и левый поворот.

Латиноамериканские танцы:

«Мамба» - в темпе.

«Ча-ча-ча» - вариация.

«Самба» - постановка в пару, натуральный темп.

«Джайв» - постановка в пару, натуральный темп; цыплячий шаг; смена рук за спиной.

«Рок-н-ролл» - по одному, в паре кики: одинарный, двойной, тройной (соскок по VI позиции на полупальцах и выброс ноги вперед, в сторону на 35°, 45°, 90°); в повороте по одному; выпады по одному, в паре; елочка; шаг вперед с акцентом на полупалец. Развороты в паре: поворот девушки (юноши) под рукой на месте, с переходом в другую позицию; переход, меняясь местами, лицом (спиной) друг к другу; переход девушки за спиной юноши с переменной рук, с поворотом либо без поворота.

Народные танцы. История возникновения танцев.

«Гуцульский танец» - основной шаг, положение рук, положение корпуса, приставной шаг в сторону через рессоры, мелкий бег на полупальцах, мелкое покачивание головы вправо, влево, присядки.

«Африканский танец» - положение рук, основной шаг, положение корпуса.

«Татарский танец» - позиции рук; корпуса и головы сольно и в паре; беглый шаг и три переступания; боковой ход припадание; боковой ход с переступанием то на носок, то на каблук; «Брма» - подскок с поворотом колена внутрь и открыванием этой ноги в сторону; дробный ход «Трилистник», с переступанием; двойные и тройные притопы; гармошка и елочка с полуприседанием, гармошка с кудеье сзади; «Люлька» - выбрасывание одной ноги вперед и подбивание другой ноги назад; перескоки с ноги на ногу на каблук и переступанием; присядка по 1-й прямой позиции (мяч) в повороте; присядка «качалка» с открыванием ноги в сторону и опорой на руку.

«Узбекский танец» - положение рук; положение ног; поклон; движения кистей руке; с поворотами в запястьях внутрь и наружу; хлопки в ладоши. Движения рук: плавные переводы рук в различные положения; резкие акцентированные взмахи; сгибания и разгибания от локтя; волнообразные движения от плеча. Ходы: шаг вперед с последующим скользящими шагами; поочередные переступания, одна нога на полной стопе, другая на полупальцах. «Гармошка». Опускания на одно или оба колена. Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой, вытянутой вперед.

Современный танец. История возникновения танцев.

«Джаз танец». Владение техникой джазового танца позволяет глубже выразить эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека. Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса. Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям.

«Хип-хоп». Основные шаги, положение корпуса, вариации.

Критерии оценивания знаний по предмету 9 класс

Танцевальные движения.

Дроби.

Верчение:

- с движением «моталочки» по диагонали
- с движением «ковырялочки» на месте

Трюки:

- ползунок
- метелочка

Бальные танцы: Европейские танцы: «Медленный вальс», «Аргентинское танго», «Венский вальс».

Латиноамериканские танцы: «Мамба», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Рок-н-ролл».

Народные танцы: «Гуцульский танец», «Африканский танец», «Татарский танец», «Узбекский танец».

Современный танец: «Джаз танец». «Хип-хоп».

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

Класс 9 кл

№ п/п	Кол-во часов	Тема урока	Основные понятия	Формы занятий	Приемы и методы	дата	Формы подведения итогов
1.	1	Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях по хореографии. Основное построение. Критерии внешнего вида.	Построение на уроке, в шахматном порядке, интервал.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения.	Словесный, наглядный, практический		Тренировочные упражнения
2.	1	Упражнения на формирования правильной осанки. Разучивание движений разминки и партерной гимнастики. Элементы классического танца. Основы дыхания в хореографии.	Упражнение для стоп (сидя на полу ноги вытянуты вперед) сокращение, вытягивание, круговые движения стопами. Упражнения «складочка» «бабочка». Наклоны головы, работа плеч, наклоны корпуса. Preparation, позиции ног, рук, постановка корпуса.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический		Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
3.	1	Беседа по хореографическому искусству. Европейские и латиноамериканские танцы. Работа над манерой исполнения, техника исполнения танцев.	Постановка в паре, натуральный темп.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Венский вальс», «Фигурный вальс», «Ча-ча-ча»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
4.	1						
5.	1		Постановка в паре, натуральный темп.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Медленный вальс», «Самба», «Джайв»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
6.	1						

7.	1		Постановка в паре, естественный темп	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Мамба», «Аргентинское танго»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
8.	1							
9.	1	Разучивание танца.	Кики: одинарный, двойной, тройной, в повороте, по одному, в паре.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Рок-н-ролл»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
10.	1							Выпады по одному, в паре, елочка, шаги по квадрату
11.	1	Закрепление танца						
12.	1	История возникновения танца. Разучивание танца	Основной шаг, положение рук, положение корпуса. Приставной шаг в сторону через рессоры. Мелкий бег на полупальцах. Мелкое покачивание головы вправо, влево. Присядки.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Гуцульский танец»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
13.	1							
14.	1							
15.	1							
16.	1	Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.	
17.	1	История возникновения танца.	Положение рук, основной шаг, положение корпуса. Бегунок, боковое припадание и ход, подскок с поворотом, переступание.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Татарский танец»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	
18.	1	Разучивание танца						Тренировочные упражнения
19.	1							
20.	1	Закрепление танца						
21.	1	История возникновения танца. Разучивание танца	Положение рук, основной шаг, положение корпуса.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Африканский танец»	Опрос, тренировочные упражнения,	
22.	1							

23.	1	Закрепление танца		Тренировочные упражнения	Практический		самостоятельная работа
24.	1	История возникновения танца.	Положение рук плавные. Основные шаги скользящие с переступанием, гармошка. Положение корпуса, перегибы корпуса.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	«Узбекский танец»	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
25.	1	Разучивание танца					
26.	1	Закрепление танца					
27.	1	История возникновения танца. Разучивание элементов современного танца	Основные шаги, положение корпуса. Вариации.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	Джаз танец	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
28.	1						
29.	1						
30.	1						
31.	1	Разучивание элементов современного танца	Основные шаги, положение корпуса. Вариации.	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	Словесный, наглядный, практический	Хип-хоп	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа
32.	1						
33.	1						
34.	1	Урок «класс-концерт».		Самостоятельная работа.	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа.		Самостоятельная работа.
ит ого	34						

