

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 231 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО:

УТВЕРЖДЕНО:

на педагогическом совете  
Протокол № 6  
от 28 мая 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Ритмика»

для обучающихся 3 классов

с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

вариант I

Разработана в соответствии с требованиями Федерального образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант I)

Составил: Зулина Ю.В.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА, ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ.....3 стр.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ .....4 стр.

ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА .....5 стр.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА.....6 стр.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ..... 8 стр.

ФОРМИРОВАНИЕ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ .....9 стр.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ..... 10 стр.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОГРАММЫ .....17 стр.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....18стр.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059>) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления.

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

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

Работа в области музыкально-ритмического воспитания позволяет решать такие задачи:

- развивать эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности;
- формировать эстетический вкус;
- развивать познавательное отношение к действительности.

Движение под музыку дополняет этот ряд:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Танцевальные движения способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества.

Каждая игра (пляска, упражнения) имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого музыкальный руководитель направляет внимание детей на музыку, учит ребенка правильно исполнять движение.

В обучении музыкально - ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех педагогических методов обучения (наглядный, словесный, практический), а игровая форма заданий, занимательность помогают без особых затруднений усвоить многие достаточно сложные движения.

При разучивании новых движений не следует добиваться, чтобы дети овладели ими на одной игре, пляске. Надо те же движения повторять в разных плясках, соединять с разной музыкой, чтобы движение совершенствовалось постепенно и чтобы дети учились относиться к нему, как к средству выражать различные образы, чувства, действия.

В младшем школьном возрасте дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется изучить ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы, пляски и игры способствуют гармоническому развитию личности. В изящных или задорных

движениях, каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер. Соприкасаясь с танцевальным искусством, в доступной для детей форме, они постепенно приобщаются к миру прекрасного.

Овладение детьми движениями под музыку помогает развитию музыкального восприятия, умению передавать различные средства музыкальной выразительности, в свободных движениях отображать жанры музыки (марш, танец, вальс, народный танец, напевную песню), передавать их «языком движений», мимикой и пантомимикой, в танце и игре музыкальный образ, способствует проявлению творческих способностей детей в движениях под музыку в музыкально-двигательной импровизации. В сюжетно-ролевой игре, танцах, происходит развитие психологических функций (внимания, восприятия, памяти, воображения, мышления) и эмоционально-волевой сферы.

Систематические занятия детей школьного возраста в кружке ритмики очень полезны для физического развития, улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения. Постепенно все начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях.

#### *Направленность образовательной программы*

Программа «Ритмика» представляет дополнительный образовательный курс спортивно - Оздоровительной направленности. При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные направления, использовалась методическая литература, личный опыт работы.

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

#### *Отличительными особенностями являются:*

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.

2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки педагогом.

5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Основными задачами программы начальной школы по ритмике являются:

- выявление творческих способностей в области искусства танца;
- приобретение навыков музыкально - ритмического движения;
- ознакомление с жанровыми и стилистическими особенностями искусства танца.

#### **Цели и задачи обучения.**

*Цель* занятий ритмикой состоит в углублении и дифференциации восприятия музыки (выделение средств выразительности, формы), её образов и формировании на этой основе навыков выразительного движения. Необходимо обучить детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими,

развить координацию, музыкальность, выразительность и мягкость исполнения, развить свою гибкость и выносливость.

*Задачи программы:*

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

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

Программа внеурочной деятельности «Ритмика» предназначена для детей младшего школьного возраста. Ведущая деятельность этого возраста – учение через игру, танец и ритмичные упражнения.

Основные педагогические принципы - систематичность, постепенность и последовательность.

Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение.

Программа по ритмике включает в себя музыкальные, ритмические, танцевальные упражнения, музыкальные игры.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Программа внеурочной деятельности «Ритмика» рассчитана на 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 1 академический час. Объем часов в год составляет 34 часа. Продолжительность занятий - 40 мин.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: слушание музыки, беседы о музыке и танцах. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие.

При проведении занятий педагоги придерживаются следующих принципов:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;

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

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

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

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы - развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

В музыкально - ритмическом движении ритм понимается в широком смысле слова. В него входят развитие и смена музыкальных образов (основных мыслей, чувств, музыкально оформленных в небольшом построении), структура произведения, темповые, динамические, регистровые, метроритмические соотношения. Поэтому в процессе занятий ритмикой особенно успешно развивается эмоциональная отзывчивость на музыку, приобретает навык восприятия, воспроизведения музыкально-ритмической основы произведения.

Виды музыкально - ритмических движений и основные двигательные навыки у детей младшего школьного возраста.

Музыкальное воспитание средствами движения осуществляется в играх, хороводах, плясках, танцах, упражнениях, драматизациях, доступных и интересных детям.

### 1. Музыкальная игра.

Игра – наиболее активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки, осуществляется в образных движениях. Игра имеет определённый сюжет, правила, музыкально-учебные задания, и, облегчённая в интересную форму, помогает лучшему усвоению программных навыков.

### 2. Пляски, танцы, хороводы.

Своеобразной формой музыкально - ритмических движений являются детские пляски, танцы, хороводы, включающие элементы народных и классических танцевальных движений.

Исходя из поставленных задач и общего содержания, их можно последовательно сгруппировать:

- пляски с зафиксированными движениями, построение которых всегда зависит от структуры музыкального произведения;
- пляски комбинированные, имеющие зафиксированные движения и свободную импровизацию;
- свободные пляски, которые носят творческий характер и исполняются под народные плясовые мелодии. Дети, используя знакомые элементы танцев, построений, упражнений, комбинируют их по-новому, придумывают «свою» пляску;
- хороводы плясового характера, чаще связанные с народными песнями, исполняя которые дети инсценируют сюжет, сопровождая его плясовыми движениями;
- характерный танец, в котором «свободные» плясовые движения исполняет какой-либо персонаж в свойственной ему манере (танец снежинок).

В плясках очень ограниченно используются самые простые движения, так как детям трудно запомнить их последовательность.

### 3. Упражнения.

Музыкально-ритмические навыки усваиваются главным образом в ходе разучивания игр, плясок, хороводов. Однако некоторые из них требуют дополнительных усилий, тренировок, упражнений. Например, надо поупражнять детей в точном исполнении ритмического рисунка, акцента. Педагог помогает ребятам с ним справиться. Некоторые упражнения помогают навыкам выразительного движения в передаче игрового образа, в ходьбе, беге, поскоках, а также тренируют в усвоении отдельных танцевальных элементов.

Дети рано начинают чувствовать настроение, характер музыки, воспринимая её сначала в совокупности всех средств, выделяют, отличая отдельные, наиболее яркие средства, доминирующие в произведении (например, форму, темп, динамику, метроритм), передавая это в движениях.

Музыкально-ритмические навыки осваиваются в процессе разучивания игр, плясок, хороводов и упражнений. Важно научить ребят воспринимать музыку целостно, схватывать общее настроение, характер. Однако в процессе обучения можно выделить те или иные навыки, которые особенно хорошо усваиваются при разучивании данного материала.

Двигательные навыки детей, необходимые для постановки танца, зависят, в первую очередь, от психофизиологических особенностей. Разучивание движений только тогда будет эффективно, когда оно основано на знании возможностей ребенка, а так же требуется строгий учет его возрастных психофизиологических особенностей. Танцуя, ребенок, включается в творческий процесс. Совершенствуются его двигательные возможности и навыки.

Выполнение двигательных упражнений способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков.

Движения становятся более выразительными, углубленными и утонченными. В разные моменты жизни детей общение с музыкой и танцем позволяет решать разные педагогические задачи. Наибольший вклад, безусловно, будет сделан в формировании личности ребенка при разумном использовании знаний психического развития.

Движение под музыку дополняет ряд задач занятий ритмикой:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Знание особенностей детского восприятия в младшем школьном возрасте позволяет преподавателю наиболее точно и грамотно использовать методические приемы обучения.

Особенность детского восприятия такова, что вырабатывать точность, четкость, осмысленность движения помогает использование подражательных движений или образное сравнение.

Занятия ритмикой доставляют детям радость и удовольствие. Но должны быть доступны и содержание, и характер движений. Некоторые дети могут проявлять манерность, напряженность и передавать лишь внешнюю форму упражнений.

Каждое упражнение имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого музыкальный руководитель направляет внимание детей на музыку.

Занятия по программе позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

#### *Практическая значимость занятий:*

Насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не даёт детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык. Использование такой структуры занятия даёт ощутимые результаты: к концу обучения, используя простые движения и несложные комбинации, дети демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

#### **Формы подведения итогов реализации программы**

- подготовка танцевальных номеров к школьным праздникам.



## ФОРМИРОВАНИЕ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

|                  | Личностные  | Предметные   |
|------------------|---|--|
| <b>Знать</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;</li> <li>- правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.</li> <li>- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;</li> <li>танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты</li> </ul>  |
| <b>Уметь</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.</li> <li>-соблюдать правила поведения в танце. классе и дисциплину;</li> <li>- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).</li> <li>- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с танцевальными движениями, танцевальными шагами (переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки), элементы русского танца (ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник);</li> <li>- импровизировать;</li> <li>- работать в группе, в коллективе.</li> <li>- выступать перед публикой, зрителями.</li> </ul> |
| <b>Применять</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия ;</li> <li>-подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект</li> <li>-иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.</li> </ul>  |

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

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

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

|     |   |   |  |  |                                    |
|-----|---|---|--|--|------------------------------------|
|     |   |   | ритм.  |  |                                    |
| 9.  | Упражнения на определение такта в музыке.               | 1 | Объяснение педагогом понятия «такт» и «размер»   | Прослушивают музыкального произведения размером 2/4, $\frac{3}{4}$ и 4/4, хлопками и притопами отражают сильную долю такта и слабую. | Воспитывать внимание.              |
| 10. | Упражнения на определение темпа музыкальной композиции. | 1 | Объяснение педагогом понятия «темп», обозначение музыкальных темпов, основные виды темпов. | Выполнение движений по кругу в заданном педагогом музыкальном темпе.   | Воспитывать внимание.              |
| 11. | Танцевальные движения в разном темпе.                   | 1 |  | Выполнение упражнений в заданном темпе. Упражнения на смену темпа  | Воспитывать упорство и трудолюбие. |
| 12  | Характер танцевальной музыки (динамические оттенки).    | 1 | Объяснении понятия «динамические оттенки». Виды динамических оттенков в муз.произведениях. | Выполнение различных упражнений под резкое изменение силы звучания муз.произведения. муз.игра «Запев, припев»                        | Воспитывать внимание.              |
| 13. | Координация движений.                                   | 1 |  | Исполнение вместе с педагогом танцевальных движений направленных на развитие координации.  | Воспитывать упорство и трудолюбие. |
| 14. | Плавность движений.                                     | 1 |  | Исполнение вместе с педагогом гимнастических элементов направленных на развитие  | Воспитывать упорство и трудолюбие. |

|     |                                   |   |  |   |   |
|-----|-----------------------------------|---|--|---|---|
|     |                                   |   |  | плавности и мягкости движений.  |   |
| 15. | Закрепление изученных упражнений. | 1 |  | Самостоятельное исполнение разученных упражнений и танцевальных движений. | Воспитывать упорство и трудолюбие, самостоятельность.       |
| 16. | Жанры музыки: марш.               | 1 | Прослушивание музыкального материала в темпе марша, объяснение его особенностей и отличий от других танцевальных произведений. Просмотр видеоролика с исполнением марша. | Маршевый шаг, маршировка под музыку, построение и перестроение.           | Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет. |
| 17. | Жанры музыки: песня.              | 1 | Прослушивание песен разных жанров. Объяснение педагога отличий песни от мелодии и танца.   |   | Воспитывать внимание.                                       |
| 18. | Жанры музыки: танец.              | 1 | Рассказ о танце, его возникновении и развитии, показ презентации о   | Разучивание танцевальной комбинации.                                      | Воспитывать внимание.                                       |

|     |   |   |   |  |  |
|-----|---|---|---|--|--|
|     |   |   | танце и его видах.  |  |  |
| 19. | Актерская выразительность                         | 1 | Показ хореографических номеров с использованием пантомимы. Объяснение правил игры «Невыдуманный зверь » | Индивидуальная и групповая работа по подражанию различным предметам и существам в соответствии с характером и темпом музыки. | Воспитание коллективизма, чувства товарищества, артистизма, художественного вкуса. |
| 20. | Упражнения в актерской выразительности            | 1 | Игра «выдуманный зверь»   | Индивидуальная и групповая работа по подражанию различным предметам и существам в соответствии с характером и темпом музыки. | Воспитание коллективизма, чувства товарищества, артистизма, художественного вкуса. |
| 21. | Основные движения русского танца: хороводный шаг. | 1 | Просмотр видеороликов ансамбля «Березка». Объяснение понятия «хоровод», его возникновение, виды.        | Постановка танцевального этюда – Хоровод.  | Воспитание коллективизма, чувства товарищества.                                    |
| 22. | Основные движения русского танца: переменный ход. | 1 | Показ видеоролика ансамбля «Березка». Объяснение и показ педагогом переменного                          | Выполнение вместе с педагогом переменного шага, медленно, в темпе, с использованием рук и поворотов корпуса, головы.         | Воспитывать упорство и трудолюбие.   |

|     |   |   |  |  |                                    |
|-----|---|---|--|--|------------------------------------|
|     |   |   | шага.  |  |                                    |
| 23. | Вращения на месте.                            | 1 | Объяснение и показ педагогом правильного исполнения вращений на месте.                   | Выполнение вращений у опоры (хореографического станка) в медленном темпе, затем без него.                        | Воспитывать упорство и трудолюбие. |
| 24. | Веревочка, присядки.                          | 1 | Объяснение и показ педагогом женской веревочки и мужской – присядки в русском характере. | Исполнение веревочки (девочки),<br><br>присядки ( мальчики)  | Воспитывать упорство и трудолюбие. |
| 25. | Элементы народного танца: кадрили квадратная. | 1 | Показ видеоролика с исполнением кадрили квадратной. Разводка квадратной кадрили.         | Исполнение учебного этюда на материале квадратной кадрили.   | Воспитывать художественного вкуса. |
| 26. | Элементы народного танца: кадрили линейная.   | 1 | Просмотр видеоролика с исполнением линейной кадрили. Разводка линейной кадрили.          | Нахождение отличий между квадратно и линейной кадрилью. Исполнение учебного этюда на материале линейной кадрили. | Воспитывать художественного вкуса. |

|     |   |   |   |   |   |
|-----|---|---|---|---|---|
| 27. | Элементы народного танца: кадрили круговая.   | 1 | Просмотр видеоролика с исполнением круговой кадрили. Просмотр видео с различными видами кадрили (квадратно, линейной, круговой) | Нахождением отличий в между видами кадрили. Исполнение разученных ранее кадрили.          | Воспитание коллективизма, чувства товарищества, упорства и трудолюбия, художественного вкуса. |
| 28. | Отработка упражнений.                         | 1 | Корректировка движений.   | Самостоятельное исполнение разученных ранее кадрили.                                      | Воспитывать упорство и трудолюбие.  |
| 29. | Закрепление изученного.                       | 1 |   | Самостоятельное исполнение разученных ранее кадрили. Работа в группах.                    | Воспитывать упорство и трудолюбие, художественного вкуса.                                     |
| 30. | Классический танец: вальс. Разучивание шагов. | 1 | Показ видеоролика с исполнением вальса. Рассказ о возникновении вальса, его темпе, ритме. Показ базовых шагов.                  | Выполнение вальсовых шагов без музыкального сопровождения, по квадрату в медленном темпе. | Воспитывать упорство и трудолюбие.  |
| 31. | Классический танец: вальс. Отработка шагов.   | 1 |   | Выполнение вальсовых шагов по кругу в различных темпах.                                   | Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.                                   |
| 32. | Классический танец: фигурный вальс.           | 1 |   | Выполнение вальсовых шагов в парах по кругу. Постановка танцевального номера.             | Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.                               |



|     |   |   |  |   |  |
|-----|---|---|--|---|--|
| 33. | Классический танец: фигурный вальс.<br>Закрепление. | 1 |  | Исполнение фигурного вальса в прах по кругу с использованием статических поз.     | Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.        |
| 34. | Подведение итогов.                                  | 1 |  | Самостоятельное исполнение разученных в течении года упражнений и учебных этюдов. | Воспитание коллективизма, чувства товарищества, самостоятельности. |

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

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

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

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К.Барышникова. – СПб., 1996.
2. Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова, Е.В.Воронина. – Ярославль, 2000.
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
5. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
6. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград:Учитель, 2008)
7. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
8. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
9. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
10. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)

### Учебно-методический комплекс.

1. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (- Киев:МузичнаУкраїна, 1985)
2. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
3. Т. А. Затыкина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009)
4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)
5. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие». (- СПб.: Детство-пресс, 2001)