

## **Приложение 2 к ООП НОО**

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

## **КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **«Движение есть жизнь!»**

**(1-4 класс)**

**Направление внеурочной деятельности:**  
*Занятия по спортивно-оздоровительному направлению*

**с. Центора-Юрт**  
**2025г.**

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основании основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «НОШ с.Центорай-Юрт»

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

Движение - это жизнь 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 действительность;
- 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.

### **Планируемые результаты курса внеурочной деятельности**

#### **Результаты первого года обучения:**

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

#### **Результаты второго года обучения:**

- развитие ценностного отношения школьников к культуре, труду, воспитание чувства сопереживания к товарищам;
- развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни;

- гармонизация развития учащихся, расширение рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца;

- познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора.

**Результаты третьего года обучения:**

- приобретение опыта публичного выступления;  
- зная об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике,

- приобретение умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

**Результаты четвертого года обучения:**

- в играх действовать самостоятельно, искать выразительные движения, не подражая друг другу; придумывать или выбирать движения в соответствии с характером музыкального произведения.

- в совершенстве исполнять изученные танцевальные композиции различных жанров;

- импровизировать под любое музыкальное произведение;  
- доброжелательно и уважительно общаться в коллективе и в своей танцевальной паре; знать основы этики поведения в танцевальном зале,

- совершенствовать полученные знания, умения, навыки в области хореографического искусства

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- подготовка танцевальных номеров к школьным праздникам, - отчётный концерт

**Формирование универсальных учебных действий.**

	<b>Личностные</b>	<b>Метапредметные</b>	<b>Предметные</b>
<b>Знать</b>	<p>- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;</p> <p>- правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.</p> <p>- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.</p>	<p>- знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.</p> <p>- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.</p>	<p>- необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев; танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты</p>
<b>Уметь</b>	<p>- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.</p> <p>- соблюдать правила</p>	<p>- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей</p> <p>- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей</p>	<p>- работать с танцевальными движениями, танцевальными шагами (переменный шаг, боковой шаг,</p>

	<p>поведения в танц. классе и дисциплину;</p> <ul style="list-style-type: none"> <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>- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;</li> <li>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;</li> </ul>	<p>галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки), элементы русского танца (ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник);</p> <ul style="list-style-type: none"> <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>- полученные сведения о многообразии танцевального искусства</li> <li>красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения.</li> <li>Способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья</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>

## **Содержание курса**

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, приобретается 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;
- детский «балльный танец», включающий вальсообразные движения. Лёгкий, оживлённый характер музыки сопровождается всё время повторяющимися танцевальными элементами .
- 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. Танця, 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.

Работа по закреплению и углублению связи движений с музыкой проходит успешно, если музыкальный руководитель, соблюдая последовательность задач музыкального восприятия, одновременно воспитывает и развивает движения детей, систематически прививая им необходимые навыки.

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.

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.

## Тематическое планирование курса 1 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов	Форма занятий	ЭОР
1.	ТБ при проведении подвижных игр.	2	Беседа	
2	Беседа «Возникновение подвижных игр»	2	Беседа	
3	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде	2	Беседа	
4	Беседа: «Основы строения и функций организма».	2	Беседа	
5	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	2	Беседа	
6	Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".	2	практикум	
7	Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне".	2	практикум	
8	Подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Летает, не летает".	2	практикум	
9	Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".	2	практикум	
10	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".	2	практикум	
11	Подвижная игра "Ноги от земли", игра малой подвижности "Кто ушел?".	2	практикум	
12	Подвижная игра средней интенсивности "Ключи", игра "Кто ушел?".	2	практикум	
13	Подвижная игра "Кого назвали, тот ловит", игра средней подвижности "Воротца".	2	практикум	
14	Подвижная игра "Воробы и кошка".	2	практикум	
15	Подвижная игра "Ловля	2	практикум	

	обезьян", игра малой подвижности "Мяч вошедшему".			
16	Подвижная игра "Перелет птиц", игра малой подвижности "Поймай мяч".	2	практикум	
17	Подвижная игра "Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры".	2	практикум	
18	Подвижная игра "Ключи".	2	практикум	
19	Подвижная игра "Хитрая лиса".	2	практикум	
20	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".	2	практикум	
21	Подвижная игра "Ловишки", эстафета "Передача мяча в колонне".	2	практикум	
22	Подвижная игра "Бери ленту", игра малой подвижности "Эхо".	2	практикум	
23	Подвижная игра "Воробы и кошка"	2	практикум	
24	Подвижная игра "Мяч в воздухе".	2	практикум	
25	Подвижная игра "Мяч в воздухе", игра малой подвижности "Кто ушел?".	2	практикум	
26	Подвижная игра "Медведи и пчелы", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок".	2	практикум	
27	Подвижная игра "Мяч в воздухе", игра малой подвижности "Затейники".	2	практикум	
28	Подвижная игра "Паук и мухи", игра малой подвижности "Летает, не летает".	2	практикум	
29	Подвижная игра "Скворечники", игра малой подвижности "Передал, садись".	2	практикум	
30	Подвижная игра "Жмурки".	2	практикум	
31	Подвижная игра "Пустое место".	2	практикум	
32	Подвижная игра "Мы - физкультурники", игра "Угадай, чей голосок".	2	практикум	
33	Подвижная игра "Море волнуется", эстафета с мячом "Передача мяча в шеренге".	2	практикум	
	Общее кол-во часов	66ч.		

## 2 класс (68 ч)

№ п/п	Тема учебного занятия	Часы	Воспитательная работа
1.	Инструктаж по ТБ для учащихся. Водный урок. Урок-путешествие в мир танца.	2	Создание атмосферы творчества, пополнение культурологических знаний.
2.	Урок-игра «Давайте познакомимся». Танцевальная игра «Один плюс все!».	2	Воспитывать чувство створчества
3.	Упражнения на ориентировку. Игра на внимание «Быстро по местам!».	2	Развивать творческую инициативу
4.	Танцевальное приветствие. Позиции рук: I, II, III, подготовительное. Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Повтори!»	2	Воспитывать чувство ритма, развивать творческую инициативу
5.	Ритмико-гимнастические упражнения. Позиции ног: I, II, III, V, VI. Игра «Потолок - пол».	2	Воспитывать чувство ритма
6.	Ритмико-гимнастические упражнения. Постановка корпуса, рук, ног. Игра «Танцевальный паровоз!».	2	Воспитывать чувство ритма
7.	Игры под музыку. Танцевальные упражнения: повороты, хлопки, подскоки. Положение «Деми - плие» по I, II, III позициям (полуприседание).	2	Воспитывать чувство ритма, воспитывать упорство и трудолюбие
8.	Игры на внимание. Танцевальная зарядка. Танцевальный этюд «Новогодняя полька». Положение «Гранд - плие» по I, II, III, позициям	2	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства
9.	Танцевальная игра «Один плюс все!». «Релевэ» по VI позиции (подъём на полупальцы) Танцевальный этюд «Пяточка носочек».	2	Воспитание любви к различным жанрам хореографического искусства
10.	Переменный шаг.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
11.	Приставной шаг.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
12.	Галоп.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
13.	Подскоки.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
14.	Определение такта в музыке.	2	Воспитывать художественного вкуса.
15.	Определение темпа музыкальной композиции.	2	Воспитывать внимание.
16.	Ускорение темпа движений (ачелерендо)	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.

17.	Замедление темпа движений (ритардандо)	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
18.	Характер танцевальной музыки (динамические оттенки).	2	Воспитывать внимание.
19.	Ходьба с координацией рук и ног.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
20.	Плавность движений.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
21.	Закрепление изученных упражнений. Игра «Я – учитель»	2	Воспитывать внимание, упорства и трудолюбия, чувства товарищества.
22.	Элементы народного танца: хоровод.	2	Воспитывать художественного вкуса.
23.	Элементы народного танца: пляска парная	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
24.	Элементы народного танца: перепляс.	2	Воспитывать художественного вкуса.
25.	Элементы народного танца: массовый пляс.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
26.	Элементы народного танца: ковырялочка.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
27.	Элементы народного танца: елочка.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
28.	Отработка упражнений.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
29.	Закрепление изученного.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
30.	Общеразвивающие упражнения.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
31.	Общеразвивающие упражнения: плавная ходьба на носочках.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
32.	Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные).	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, художественного вкуса.
33.	Композиция танца: экспозиция, завязка, развитие танца.	2	Воспитывать художественного вкуса.
34.	Подведение итогов.	2	Воспитывать самостоятельность.
	Общее кол-во часов	68ч.	

### 3 класс (68 ч)

№ п/п	Тема учебного занятия	Часы	Воспитательная работа
1.	Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности	2	Создание атмосферы творчества, пополнение культурных знаний.
2.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукиваний, притоп).	2	Воспитывать трудолюбие.
3.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	2	Воспитывать желание добиваться поставленной цели.
4.	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
5.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы	2	Познакомить с танцами народов РФ, воспитание толерантности.
6.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	2	Воспитание трудолюбие.
7.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	2	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.
8.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
9.	Упражнения на определение такта в музыке.	2	Воспитывать внимание.
10.	Упражнения на определение темпа музыкальной композиции.	2	Воспитывать внимание.
11.	Танцевальные движения в разном темпе.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
12	Характер танцевальной музыки (динамические оттенки).	2	Воспитывать внимание.
13.	Координация движений.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
14.	Плавность движений.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
15.	Закрепление изученных упражнений.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие, самостоятельность.
16.	Жанры музыки: марш.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
17.	Жанры музыки: песня.	2	Воспитывать внимание.
18.	Жанры музыки: танец.	2	Воспитывать внимание.
19.	Актерская выразительность	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, артистизма,

			художественного вкуса.
20.	Упражнения в актерской выразительности	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, артистизма, художественного вкуса.
21.	Основные движения русского танца: хороводный шаг.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества.
22.	Основные движения русского танца: переменный ход.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
23.	Вращения на месте.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
24.	Веревочка, присядки.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
25.	Элементы народного танца: кадриль квадратная.	2	Воспитывать художественного вкуса.
26.	Элементы народного танца: кадриль линейная.	2	Воспитывать художественного вкуса.
27.	Элементы народного танца: кадриль круговая.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, упорства и трудолюбия, художественного вкуса.
28.	Отработка упражнений.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
29.	Закрепление изученного.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие, художественного вкуса.
30.	Классический танец: вальс. Разучивание шагов.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
31.	Классический танец: вальс. Отработка шагов.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
32.	Классический танец: фигурный вальс.	2	Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.
33.	Классический танец: фигурный вальс. Закрепление.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
34.	Подведение итогов.	2	Воспитание коллективизма, чувства товарищества, самостоятельности.
<b>Общее кол-во часов</b>		<b>68</b>	

#### 4 класс (68 ч)

№ п/п	Тема учебного занятия	Часы	Воспитательная работа
1	Организационный урок. Введение. Инструктаж по технике безопасности.	2	Создание атмосферы творчества, пополнение культурных знаний.

2	Основные танце-вальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	2	Воспитывать трудолюбие.
3	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	2	Воспитывать трудолюбие.
4	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
5	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	2	Воспитывать желание добиваться поставленной цели
6	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	2	Воспитание трудолюбие.
7	Понятие о рабочей и опорной ноге.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
8	Понятие «шаг» $45^\circ$ , $90^\circ$ , $180^\circ$ . Растижка.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
9	Первый танцевальный элемент «Крест».	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
10	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие
11	Разучивание позиций рук и ног.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
12	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	2	Воспитывать желание добиваться поставленной цели
13	Гимнастические элементы.	2	Воспитывать чувство самостоятельности.
14	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	2	Воспитание художественного вкуса
15	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	2	Воспитывать чувство самостоятельности.
16	Урок-игра	2	Создание атмосферы творчества, воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.
17	Аэробика.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
18	Аэробика.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
19	Аэробика.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
20	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	2	Воспитание чувства уважения к партнеру и

			бережного отношения.
21	Партнер и партнерша. Разучивание танца в паре.	2	Воспитание чувства уважения к партнеру и бережного отношения.
22	Партнер и партнерша. Разучивание танца в паре.	2	Воспитание чувства уважения к партнеру и бережного отношения.
23	Гимнастика Parter.	2	Воспитание художественного вкуса.
24	Гимнастика Parter.	2	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
25	Игровые двигательные упражнения с предметами	2	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
6	Элементы украинского танца: базовые шаги, ковырялочка, присядки.	2	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие, создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
27	Отработка учебного этюда на украинском материале.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
28	Элементы белорусского танца: основные ходы, моталочка, трюки (мужской класс).	2	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие, создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
29	Отработка учебного этюда на белорусском материале.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
30	Элементы молдавского танца: основной ход, ронд де жамп партер, па де буре.	2	Создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие, создание атмосферы творчества, воспитывать упорство и трудолюбие.
31	Отработка учебного этюда на молдавском материале.	2	Воспитывать манеру держаться на сцене, танцевальный этикет.
2	Закрепление пройденного материала.	2	Воспитывать упорство и трудолюбие.
33	Закрепление пройденного материала.	2	Воспитание художественного вкуса.

34	Контрольный урок.	2	Воспитывать желание добиваться поставленной цели
	<b>Общее кол-во часов</b>	<b>68</b>	