

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение «Основная общеобразовательная школа № 2 поселка Аккермановка муниципального образования город Новотроицк Оренбургской области».
(МОАУ «ООШ № 2»)

Рабочая программа дополнительного образования

по хореографическому направлению

«РитМикс»

Возраст учащихся – 7-16 лет

Срок реализации программы – 3 года

Автор составитель:

Коростелева Виктория Ивановна

Директор школы



Филиппова Е.В.

Новотроицк, 2024г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа танцевального кружка «РитМикс» для 1-9 классов - хореографическое искусство, которое учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря хореографическому образованию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов, с их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий.

Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения предлагается определенный минимум умений, навыков и сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам хореографического искусства:

Подготовительный этап к танцевальной деятельности.

Разминка.

Ритм- как средство музыкальной выразительности.

Азбука музыкального движения.

Элементы игровоострейчинга

Акробатика

Элементы историко- бытового танца

Элементы народно- сценического танца

Элементы современного танца

Постановочная и репетиционная работа

Мероприятия воспитательного характера.

В связи со спецификой занятий, границы программы сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, историко-бытового и народного танца.

В первый раздел включены ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся.

На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца, упражнения которого подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног.

В третий раздел включены элементы народного танца, включены танцы разного характера. Использование различных танцев позволяет развивать координацию ног, корпуса, рук.

В четвертый раздел включены элементы эстрадного танца. Этот раздел состоит из элементов эстрадных танцев, способствует развитию танцевальности, музыкальности, чувства позы.

Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и имеет целью эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей учащихся, понимание содержательности танцевального образа. В процессе постоянной практики дети сами приходят к выводу, что хореография – это содержательное искусство, требующее умения, техники, выразительности. Учащиеся должны получить представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений, легкость, сила и грация.

Цель:

Гармоничное развитие ребенка, расширение возможностей его социальной адаптации посредством танца, участие в общественной и культурной деятельности в микро- и макросреде.

Задачи:

1) Образовательные:

Музыкально – эстетическое развитие детей:

- приобщение детей ко всем видам танцевального искусства, от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до спектакля.

- совершенствование умения анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения;
- совершенствование способности воспринимать и чувствовать музыку;
- совершенствование музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству танца.

2) Развивающие и оздоровительно – профилактические:

Укрепление здоровья и физических качеств учащихся:

- совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения;
- формирование правильной осанки, гибкости, выворотности и пластичности суставов;
- совершенствование выразительности и координации движений, умения владеть своим телом;

- совершенствование умения ориентироваться в пространстве;

- улучшение функционального состояния сердечно – сосудистой и нервной системы.

Развитие художественно – творческих способностей:

- совершенствование эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать музыкальные произведения;

- совершенствование музыкального слуха и чувства ритма;
- совершенствование воображения, фантазии, образного мышления;
- совершенствование способностей к импровизации и сочинению музыкально – двигательных образов и танцевальных комбинаций;

3) Задачи воспитания:

Формирование нравственно – коммуникативных качеств учащихся:

- совершенствование танцевального этикета;
- совершенствование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми.
- развить лидерство, инициативу, чувство творчества, взаимопомощи и трудолюбия;
- обеспечить досуг ребёнка, создать фундамент для более серьёзного увлечения.

Решению данных задач в комплексе способствуют полноценному развитию двигательных и творческих способностей школьников.

Коррекционные возможности занятий.

Цель коррекционной работы состоит в исправлении нарушений и компенсации деятельности всех физиологических систем организма, включая нервную систему, а также в исправлении нарушений деятельности опорно-двигательного аппарата (исправление сколиозов, лордозов, кифозов, компенсация парезов).

Коррекционные *задачи* заключаются в следующем:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
2. Активизация защитных сил организма ребёнка.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечно - сосудистой и дыхательной системы.
5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

3. Планируемые результаты.

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к

мнению членов коллектива;

- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта исполнения танцевальных движений;
- осознание значимости занятий танцами для личного развития.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности подборе движений

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность
- работать в группе, учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами;
- Передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- Самостоятельно начинать движения после музыкального вступления;
- Выполнять различные упражнения с зеркального показа;
- Синхронно выполнять движения в танце;
- Слышать и чувствовать музыку, оценить себя в танце и т.д

В результате учащиеся

Научатся правильно выполнять:

- позиции ног;
- позиции рук;
- отдельные элементы народного танца;
- отдельные элементы бального танца;
- отдельные элементы эстрадного танца;
- положения рук в танцах;
- построение танца в зависимости от размера и других выразительных средств музыки;
- рисунок танца;
- танцевальные движения в соответствии с определённым размером;
- отдельные элементы народного, бального, эстрадного танцев;
- различные виды ходьбы, бега, прыжков, поскоков;
- отвечать движением на характер музыки;
- переключаться из одного темпа в другой;

- четко выполнять указания педагога;
- самостоятельно выражать свои эмоции и настроения в движениях, в танце;
- передавать эмоции, которые вызывает у него музыка при помощи танца;
- взаимодействовать со сверстниками и с педагогом.
- участвовать во внеклассных мероприятиях.

4. Система оценки достижения обучающимися с ОВЗ планируемых результатов освоения программы.

Критерии определения оценки достижения программы:

1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.

2. Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.)

3. Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат», «лодочка», «мостик» и т.д.).

4. Координация, ловкость движений – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.

5. Творческие способности – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

6. Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).

7. Память – способность запоминать музыку и движения.

Формы подведения итогов это:

- конкурсы на лучшее исполнение танца;
- праздничные выступления («День знаний», «День учителя», «Новый год», «8 марта», «День пожилых людей» и т.д.);
- развлечения и досуги;
- выступление детей на открытых занятиях, на школьных, городских, зональных и региональных мероприятиях и конкурсах.

5. Описание места предмета внеурочной деятельности в учебном плане

Танцевальный кружок «РитМикс» художественной направленности, реализуется в рамках дополнительного образования.

Рассчитан на один год обучения:

Группа №1 - дети 7 – 9 лет, 2 часа в неделю, 68 часов в год;

Группа №2 - дети 10-12 лет, 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Группа №3 – 13 - 16 лет, 5 часов в неделю 170 часов в год.

Продолжительность занятий 40 минут.

6.Содержание тем предмета внеурочной деятельности.

Подготовительный этап к танцевальной деятельности.	Теория: история танцев, существование балльных, историко- бытовых, народно- сценических, современных танцев, поставленные задачи. Практические занятия: простейшие элементы танцев, отображение ритмического рисунка, игры с изображением образов живой и не живой природы.
Ритм- как средство музыкальной выразительности.	Отображение ритмического рисунка, смена скорости движения, остановка по сигналу, изменение силы движения.
Разминка.	Теория: названия всех ранее выученных общеразвивающих упражнений, шагов,

	<p>перестроений, виды шагов, бега, прыжков.</p> <p>Практические занятия: комплекс упражнений, направленный на тренировку костного и суставно-мышечного аппарата, для профилактики различных деформаций позвоночника, для укрепления его связочного аппарата, упражнения для развития точности реакции. Релаксация.</p>
Азбука музыкального движения.	<p>Выполнение заданий на реализацию ритмического рисунка, самостоятельное составление ритмических рисунков, особенности метроритма, чередование сильной и слабой долей такта, динамические оттенки в музыке, темповые обозначения.</p>
Акробатика.	<p>Теория: техника безопасности при выполнении элементов акробатики. Названия основных упражнений.</p> <p>Практические занятия: упражнения на гибкость и растяжку. Основные элементы: мостик, шпагат, лягушка, рыбка, березка, рандат, фляк.</p>
Элементы художественной гимнастики.	<p>Теория: названия простых и порядковых упражнений. Российские спортсмены по художественной гимнастике.</p> <p>Практические занятия: совершенствование координационных движений, освоение новых двигательных навыков, упражнения с предметами, акробатические упражнения специальной направленности, опорные прыжки, упражнения в равновесии.</p>
Элементы игрового стрейчинга. Импровизация движений под музыку. Пантомима.	<p>Теория: названия игр, сказок, пантомим.</p> <p>Практические занятия: упражнения для развития воображения, зрительной памяти, внимания, крупной и мелкой моторики, импровизация движений под музыку, изображение образов живой и не живой природы. Различные виды игр.</p>
Экзерсис.	<p>Теория: основные правила движения, обобщение полученных практических навыков и знаний.</p> <p>Практические занятия: специфика танцевального шага и бега, тренировки суставно- мышечного аппарата, выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Критерий исполнительской деятельности (логичность движения, грамотность, музыкальность, актерская выразительность).</p>
Элементы бального танца.	<p>Теория: особенности латиноамериканских танцев, их значимость, индивидуальность. Соревнования по спортивным и бальным танцам.</p> <p>Практические занятия: основные элементы танцев: «Вальс», «Танго», «Ча-ча- ча», «Самба», «Румба», «Джайв». Отработка корпусного движения, правильного и полного переноса веса, точной работы стопы, гармоничной позиции в паре, ведение в паре.</p>
Элементы историко- бытового танца.	<p>Теория: понимать характер танца 18 века, основные названия движений.</p> <p>Фотографии и эскизы костюмов.</p> <p>Практические занятия: композиции из ранее</p>

	выученных элементов. Полонез и минует в усложненном рисунке. Включение движений в современную композицию.
Элементы народно- сценического танца.	Теория: история танцев народов ХМАО, их обычаи, костюмы, музыка, связь с природой. Практические занятия: движения связанные с образами живой и не живой природы, особенности выполнения движений. Закрепление ранее выученных народных танцев. Народные танцы в современной обработке.
Элементы современного танца.	Теория: знакомство с направлениями: Джаз-, фанк-, рок-, брейк- аэробика, шейпинг, танец живота. Практические занятия: танцевальные движения под восточные мотивы, танцевальные связки под современную музыку.
Постановочная и репетиционная работа	Постановка и репетиция танцев разученных и используемых на школьных и городских мероприятиях
Мероприятия воспитательного характера.	1. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА. Подбор коллектива. Собрания. Подготовка костюмов. Шевство над младшими группами. Дисциплина. организованность, чувство долга. 2. БЕСЕДА О СЦЕНИЧЕСКОМ ИСКУССТВЕ. Труд в художественном коллективе. Сознательное изучение движений, и освоение знаний для дальнейшей работы. Умение анализировать свою работу, делать выводы. 3. ПРОСЛУШИВАНИЕ МУЗЫКИ. Музыкальные произведения используемые на занятиях кружка перед определенной деятельностью. 4. ПОСЕЩЕНИЕ КОНЦЕРТОВ, ПРОСМОТР ВИДЕОЗАПИСЕЙ. Посещение школьных и городских мероприятий. Просмотр видеозаписей с выступлениями известных танцевальных коллективов и личные записи. Подведение итогов.

7. Учебно- тематическое планирование.

Группа №1

№	Раздел	Кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практическая работа
1.	Разминка.	8	1	7
2.	Подготовительный этап к танцевальной деятельности.	5	1	4
3.	Ритм- как средство музыкальной выразительности	3	-	3
4.	Элементы игрового стрейчинга. Импровизация движений. Пантомима.	5	1	4
5.	Элементы историко- бытового танца.	8	1	7
6.	Элементы народно- сценического танца.	5	1	4
7.	Элементы современного танца.	8	1	7
8.	Постановочная и репетиционная работа.	18	1	17
	Мероприятия воспитательного характера.			

1.	Организационная работа.	2	-	2
2.	Прослушивание музыки.	2	-	2
3.	Посещение концертов. Просмотр видеотеки.	4	-	4
	Всего:	68	7	61

Группа №2

№	Раздел	Кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практическая работа
1.	Разминка.	8	1	7
2.	Подготовительный этап к танцевальной деятельности.	5	1	4
3.	Ритм- как средство музыкальной выразительности	3	-	3
4.	Элементы игрового стрейчинга. Импровизация движений. Пантомима.	5	1	4
5.	Элементы историко- бытового танца.	8	1	7
6.	Элементы народно- сценического танца.	5	1	4
7.	Элементы современного танца.	8	1	7
8.	Постановочная и репетиционная работа.	18	1	17
	Мероприятия воспитательного характера.			
1.	Организационная работа.	2	-	2
2.	Прослушивание музыки.	2	-	2
3.	Посещение концертов. Просмотр видеотеки.	4	-	4
	Всего:	68	7	61

Группа №3

№	Раздел	Кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практическая работа
1.	Разминка.	22	-	22
2.	Азбука музыкального движения.	12	1	11
3.	Акробатика.	10	1	9
4.	Элементы художественной гимнастики.	10	1	9
5.	Экзерсис.	10	1	9
6.	Элементы бального танца.	12	1	11
7.	Элементы историко- бытового танца.	12	1	11
8.	Элементы народно- сценического танца.	15	1	14
9.	Элементы современного танца.	15	2	13
10	Постановочная и репетиционная работа.	30	2	28
	Мероприятия воспитательного характера.			
1.	Организационная работа.	8	-	8
2.	Беседа о сценическом искусстве.	2	-	2

3.	Прослушивание музыки.	7	-	7
4.	Посещение концертов, просмотр видеозаписей.	5	-	5
	Всего:	170	11	159

8. Описание материально-технического обеспечения.

Оборудование: музыкальный центр, интерактивная доска, гимнастические скамейки, стулья коврики для фитнеса, мячи, шары (разных размеров и цвета), флажки, ленты, косынки, обручи, булавы, кегли, скакалки, гимнастические палки, погремушки, дудки, колокольчики, барабанчики, металлофоны, бубны, треугольники, трещотки, ложки, хлопушки.

9. Тематическое планирование

Тематическое планирование группа №1 на 2024 - 2025 учебный год.			
№ урока	Раздел программы/тема занятия	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
I четверть.			
	<i>Раздел: Осень золотая</i>	16	Основные положения рук, ног, постановка корпуса. Названия простых па. Пространственные упражнения. Основные танцевальные движения. Композиции современного и русского народного стилизованного танца. Связка отдельных элементов в свободные композиции. Репетиционная работа.
1-2	Комплектование группы.	1	
3-6	Знакомство с миром танца. Ритмический тренаж	2	
7-9	Перестроение по залу в различных направлениях с танцевальными движениями	1	
10-12	Подготовка ко Дню учителя. Разучивание танца	1	
13	Индивидуальная работа	1	
14	Выразительное выполнение движений.	1	
15	Репетиции ко Дню учителя	1	
16-18	Генеральная репетиция ко Дню учителя	2	
19-20	Танец с лентами. Введение	2	
21	Акробатические элементы	1	
22	Выразительное выполнение движений.	1	
23	Генеральная репетиция	1	
24	Выступление на Дне здоровья	1	
	Проведено за I четверть: 16ч.		
II четверть.			
	<i>Раздел: Фестиваль искусств</i>	10	Подготовка к школьному конкурсу талантов «Фестиваль искусств». Знакомство с импровизацией - формой танца, которая совместила в себе прекрасное владение телом, раскрепощенность, развитое чувство музыки и ритма, артистизм, богатое воображение и яркую фантазию. Изучение движений танцевального номера. Отработка движений танцевального номера. Соединение движений в комбинации. Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок.
25-26	Импровизация движений под детскую современную музыку. Игры.	2	
27	Знакомство со стилем и музыкой.	1	
28-30	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце	2	
31-33	Перестроение в танце.	2	
34-35	Элементы акробатики	1	
36-38	Выразительное выполнение движений.	2	
	<i>Раздел: Праздник к нам приходит</i>	4	Подготовка к новогодним

39-42	Хороводные танцы	3	утренникам	
43-45	Репетиции по сценарию праздника	1		
	<i>Проведено за II четверть: 14ч.</i>			
	<i>Проведено за I полугодие: 30ч.</i>			
III четверть				
	Раздел: Стрейчинг	7	Особые упражнения, направленные на развитие гибкости всего тела. Упражнения на растяжку. Упражнения, направленные на развитие подвижности суставных сочленений: вращения в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.	
46	Упражнения на гибкость	1		
47	Обучение «Ласточки», «Свеча»	1		
48	Растяжка на мышцы ног, сед в шпагат	1		
49	Работа на мышцы спины. Мост из положения стоя	1		
50	Разучивание гимнастических элементов (Колесо, стойка)	1		
51	Работа над «Рондот»	1		
52	Обобщающее занятие	1		
	Раздел: Служу Отечеству	6		Патриотическое воспитание. Сведения о Российской армии. Разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца.
53	Разучивание танца. Знакомство со стилем. Импровизация	1		
54-55	Отработка поворотов на месте	1		
56-58	Строевой шаг	1		
59-61	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце (рефрен)	1		
62-64	Выразительное выполнение движений.	2		
	Раздел: «Весенние краски»	8	Подготовка к выступлению на концерте посвященному Международному женскому дню. Пространственные упражнения. Элементы художественной гимнастики.	
65	Танец цветов. Знакомство со стилем и музыкой.	1		
66-68	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце	2		
69	Техническая репетиция	2		
70	Выступление на концерте посвященному Международному женскому дню	1		
71-72	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	1		
73-75	Гимнастика. Классический тренаж.	1		
	<i>Проведено за IV четверть: 22ч.</i>			
IV четверть				
	Раздел: «Ступень к успеху»	16	Изображение образов живой и неживой природы в играх, инсценировках, танцах. Простые акробатические упражнения. Закрепление танцев выученных за год.	
76-78	Пантомима.	1		
79-80	Элементы акробатики	1		
81-83	Повторение и отработка движений в танце ко Дню учителя	1		
84-86	Повторение и отработка движений в танце ко Дню рождения школы	1		
87-89	Повторение и отработка движений в танце к фестивалю искусств	1		
90-92	Повторение и отработка движений в разученных танцах.	1		
93	Техническая репетиция	1		
94	Генеральная репетиция	1		
95	Выступление на отчетном концерте для	1		

	родителей		
96	Подведение итогов. Работа над ошибками	1	
97-99	Репетиции к последнему звонку	3	
100-101	Танцы на свежем воздухе	2	
102	Обобщающее занятие	1	
	Проведено за IV четверть: 16ч.		
	Проведено за II полугодие: 38ч.		
	Итого за год: 68ч.		

Тематическое планирование группа №2 на 2024 – 2025 учебный год.			
№ урока	Раздел программы/тема занятия	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
I четверть.			
	Раздел: Осень золотая	16	Основные положения рук, ног, постановка корпуса. Названия простых па. Пространственные упражнения. Основные танцевальные движения. Композиции современного и русского народного стилизованного танца. Связка отдельных элементов в свободные композиции. Репетиционная работа.
1-2	Комплектование группы.	1	
3-6	Мир танца. Ритмический тренаж.	2	
7-9	Перестроение по залу в различных направлениях с танцевальными движениями.	1	
10-12	Подготовка ко Дню учителя. Разучивание танца.	1	
13	Элементы Брейкданса	1	
14	Индивидуальная работа с девочками	1	
15	Индивидуальная работа с мальчиками	1	
16-18	Выразительное выполнение движений.	2	
19-20	Перестроение в танце.	2	
21	Постановка корпуса	1	
22	Акробатические элементы	1	
23	Выразительное выполнение движений.	1	
24	Обобщающее занятие	1	
	Проведено за I четверть: 16ч.		
II четверть.			
	Раздел: Фестиваль искусств	10	Подготовка к школьному конкурсу талантов «Фестиваль искусств». Знакомство с импровизацией - формой танца, которая совместила в себе прекрасное владение телом, раскрепощенность, развитое чувство музыки и ритма, артистизм, богатое воображение и яркую фантазию. Изучение движений танцевального номера. Отработка движений танцевального номера. Соединение движений в комбинации. Разводка
25-26	Импровизация движений под детскую современную музыку. Игры.	2	
27	Знакомство со стилем и музыкой.	1	
28-30	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце	2	
31-33	Перестроение в танце.	2	
34-35	Элементы акробатики	1	
36-38	Выразительное выполнение движений.	2	

			комбинаций танцевального номера в сценический рисунок.
	Раздел: Праздник к нам приходит	4	Подготовка к новогодним утренникам
39-42	Хороводные танцы	3	
43-45	Репетиции по сценарию праздника	1	
	Проведено за II четверть: 14ч.		
	Проведено за I полугодие: 30ч.		
III четверть			
	Раздел: Стрейчинг	7	Особые упражнения, направленные на развитие гибкости всего тела. Упражнения на растяжку. Упражнения, направленные на развитие подвижности суставных сочленений: вращения в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.
46	Упражнения на гибкость	1	
47	Обучение «Ласточки», «Свеча»	1	
48	Растяжка на мышцы ног, сед в шпагат	1	
49	Работа на мышцы спины. Мост из положения стоя	1	
50	Разучивание гимнастических элементов (Колесо, стойка)	1	
51	Работа над «Рондот»	1	
52	Обобщающее занятие	1	
	Раздел: Служу Отечеству	6	Патриотическое воспитание. Сведения о Российской армии. Разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца.
53	Разучивание танца. Знакомство со стилем. Импровизация	1	
54-55	Отработка поворотов на месте	1	
56-58	Строчной шаг	1	
59-61	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце (рефрен)	1	
62-64	Выразительное выполнение движений.	2	
	Раздел: «Весенние краски»	8	Подготовка к выступлению на концерте посвященному Международному женскому дню. Пространственные упражнения. Элементы художественной гимнастики.
65	Танец цветов. Знакомство со стилем и музыкой.	1	
66-68	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце	2	
69	Техническая репетиция	2	
70	Выступление на концерте посвященному Международному женскому дню	1	
71-72	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	1	
73-75	Гимнастика. Классический тренаж.	1	
	Проведено за IV четверть: 22ч.		
IV четверть			
	Раздел: «Ступень к успеху»	16	Изображение образов живой и неживой природы в играх, инсценировках, танцах. Простые акробатические упражнения. Закрепление танцев выученных за год.
76-78	Пантомима.	1	
79-80	Элементы акробатики	1	
81-83	Повторение и отработка движений в танце ко Дню учителя	1	
84-86	Повторение и отработка движений в танце ко Дню рождения школы	1	
87-89	Повторение и отработка движений в танце к фестивалю искусств	1	
90-92	Повторение и отработка движений в разученных танцах.	1	

93	Техническая репетиция	1	
94	Генеральная репетиция	1	
95	Выступление на отчетном концерте для родителей	1	
96	Подведение итогов. Работа над ошибками	1	
97-99	Репетиции к последнему звонку	3	
100-101	Танцы на свежем воздухе	2	
102	Обобщающее занятие	1	
	Проведено за IV четверть: 16ч.		
	Проведено за II полугодие: 38ч.		
	Итого за год: 68ч.		

Тематическое планирование			
Группа №3 на 2024 - 2025 учебный год.			
№ урока	Раздел программы/тема занятия	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
I четверть.			
	Раздел: Осень золотая	48	Основные положения рук, ног, постановка корпуса. Названия сложных па. Пространственные упражнения. Основные танцевальные движения. Композиции современного и русского народного стилизованного танца. Связка отдельных элементов в свободные композиции. Репетиционная работа.
1-2	Комплектование группы.	2	
3-6	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	4	
7-10	Подготовка ко Дню учителя. Знакомство со стилем и музыкой.	4	
11-14	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	4	
15-16	Выразительное выполнение движений.	2	
17-18	Ритмический тренаж: пространственные упражнения.	2	
19-24	Подготовка к фестивалю искусств. Танец «Девушки как звезды»	6	
24-29	Ритмический тренаж: основные упражнения в танце	6	
29-30	Пантомима	2	
31-40	Отработка связок	10	
41-42	Перестроение в танце	2	
43-46	Выразительное выполнение движений.	4	
	Проведено за I четверть: 48ч.		
II четверть.			
	Раздел: Фестиваль искусств	24	Подготовка к школьному конкурсу талантов «Фестиваль искусств». Знакомство с импровизацией - формой танца, которая совместила в себе прекрасное владение телом, раскрепощенность, развитое чувство музыки и ритма,
47-48	Импровизация движений под современную музыку. Игры.	2	
49-50	Знакомство со стилем и музыкой.	2	
51-54	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце	4	
55-58	Перестроение в танце.	4	
59-62	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	4	

63-66	Выразительное выполнение движений.	4	артистизм, богатое воображение и яркую фантазию. Изучение движений танцевального номера. Отработка движений танцевального номера. Соединение движений в комбинации. Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок.
67-70	Конкурсный отбор	4	
	Раздел: Праздник к нам приходит	6	Подготовка к новогодним утренникам
71-74	Хороводные танцы	4	
75-76	Репетиции по сценарию праздника	2	
	Проведено за II четверть: 30 ч.		
	Проведено за I полугодие: 78 ч.		
III четверть			
	Раздел: Стрейчинг	20	Особые упражнения, направленные на развитие гибкости всего тела. Упражнения на растяжку. Упражнения, направленные на развитие подвижности суставных сочленений: вращения в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.
77-83	Упражнения на гибкость	6	
84-85	Обучение «Ласточки», «Свеча»	2	
86-87	Растяжка на мышцы ног, сед в шпагат	2	
88-89	Работа на мышцы спины. Мост из положения стоя	2	
90-91	Разучивание гимнастических элементов (Колесо, стойка)	2	
92-93	Работа над «Рандат»	2	
94-95	Элементы художественной гимнастики	2	
96-97	Обобщающее занятие	2	
	Раздел: Служу Отечеству	12	
98-101	Танец «В отряде только девушки». Знакомство со стилем. Импровизация	4	
102-103	Отработка поворотов на месте	2	
104-105	Строевой шаг	2	
106-107	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце (рефрен)	2	
108-109	Выразительное выполнение движений.	2	
	Раздел: «Весенние краски»	20	Подготовка к выступлению на концерте посвященному Международному женскому дню. Пространственные упражнения. Элементы художественной гимнастики.
110-115	Танец «Лезгинка». Знакомство со стилем и музыкой.	6	
116-117	Разучивание основных, повторяющихся движений в танце	2	
118-119	Техническая репетиция	2	
120-121	Выступление на концерте посвященному Международному женскому дню	2	
122-125	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	4	
126-129	Гимнастика. Классический тренаж.	4	
	Проведено за III четверть: 52 ч.		
IV четверть			
	Раздел: «Ступень к успеху»	40	Изображение образов живой и неживой природы в играх, инсценировках, танцах. Простые акробатические
130-131	Пантомима.	2	
132-137	Элементы акробатики	6	

138-141	Повторение и отработка движений в танце «В отряде только девушки»	4	упражнения. Закрепление танцев выученных за год.
142-43	Повторение и отработка движений в танце в стиле 90-х	2	
144-145	Повторение и отработка движений в танце «Варенька»	2	
146-147	Повторение и отработка движений в танце «Лезгинка».	2	
148-149	Техническая репетиция	2	
150-153	Генеральная репетиция	4	
154-155	Выступление на отчетном концерте для родителей	2	
156-157	Подведение итогов. Работа над ошибками	2	
158-159	Работа над сложными элементами танцев	2	
160-163	Репетиции к последнему звонку	4	
164-169	Танцы на свежем воздухе	4	
169-170	Обобщающее занятие	2	
	Проведено за IV четверть: 40 ч.		
	Проведено за II полугодие: 92 ч.		
	Итого за год: 170ч.		

Методическое обеспечение программы.

- a. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М, искусство 1999.
- b. Бальные танцы. – М.: Мин. Культуры РСФСР. Центр. Дом народного творчества им. Н. К. Крупской, 1960
- c. Васильева Т.К. «Секрет танца».
- d. Воронина И. Историко-бытовой танец. М., 1980
- e. Гавликовский Н. А. Руководство для изучения танцев. – СПб., 1899.
- f. Дог Г., Дасвилль М. Все танцы. – Л., 1980.
- g. Заводина И. Методическое пособие по ритмике – М.: Музыка, 1999 – 50 с.
- h. Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки», М, 1990.
- i. Киреева Е. История костюма. – М., 1976
- j. Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы / С.В. Колесникова. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. - 157 с
- k. Костровицкая В. «Школа современного танца».
- l. Лифиц И.В. Ритмика: методическое пособие для студентов педучилищ и учителей общеобразовательных школ- под ред.Челышевой Т.В.- 2012г.
- m. Раздрокина Л.Л. Танцуйте на здоровье! Танцевально-игровые тренинги Л.Л. Раздрокина. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 157 с.
- n. Смирнова Л.А. Общеразвивающие упражнения для младших школьников.- М.: Гуманитарное издание центрВладос, 2002.-160с
- o. Усова О.В. Театр танца О.Усовой. Методическое пособие. - Шадринск: Изд-во ПО «Исеть», 1999 — 114 с.
- p. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры: Метод.пособие / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов. – М: Дрофа, 2003 г.