

**Санкт-Петербургское государственное автономное
общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная
школа № 577
с углубленным изучением английского языка
Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
образовательного учреждения
Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДАЮ

Директор
_____ О.С. Крошка
Приказ № 90 -од от 31.08.2023 г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
на 2023-2024 учебный год**

учитель: Злобина Е.Л.
Курс: «Бальные танцы»

РАССМОТРЕНО

на методическом объединении
28.08.2023

СОГЛАСОВАНО

с заместителем директора по УВР
_____ Т.С. Митусова
28.08.2023

**Санкт-Петербург
2023 год**

Пояснительная записка.

Программа «Бальные танцы» является дополнительной общеобразовательной программой художественно-эстетической направленности. Ритмике и танцу - как учебно-воспитательной дисциплине должно отводиться значительное место в системе общего образования.

«Бальные танцы» музыкально-педагогическая дисциплина, которая имеет целью активизировать музыкальное восприятие детей через движение, привить им навык осознанного отношения к музыке, помочь выявить их музыкальные и творческие способности. Научить ребёнка передавать характер музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений под музыку - именно на это направлены занятия ритмикой и танцем, которые необходимо систематически проводить с детьми уже с самого раннего возраста.

Настоящая программа по ритмике и танцу предназначена для начальных классов общеобразовательной школы. Программа рассчитана на 4 года обучения детей.

Цель программы - приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыв перед ними его многообразие и красоту, воспитать эмоциональную отзывчивость, привить основные навыки в умении слушать музыку и передавать её образное содержание.

Задачи программы.

1. Образовательные:

- развитие физических данных;
- учить понимать язык музыки и выражать его в танце;
- формирование навыков самостоятельной работы.

2. Воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребёнка, способной адаптироваться в современном обществе.
- формирование уверенности в своих силах; воспитание культуры движения.

3. Развивающие:

- формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- развитие творческих способностей, выдумки, фантазии.
- развитие образного мышления.

Все эти задачи взаимосвязаны и решаются в комплексе

Отличительной особенностью данной программы является организация поиска новых познавательных ориентиров (организация творческой деятельности, самостоятельного добывания знаний.) Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение формировать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал ребенка, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствованию танцевальных навыков, помогает реализовать потребность в общении.

Актуальность программы связана с ростом числа детских танцевальных коллективов, расширением их концертно-исполнительской деятельности, постановками концертных номеров для детей младшего школьного возраста.

Реализация программы предусматривает перспективное развитие навыков танцевального мастерства, подчинение основному образовательному принципу - от простого к сложному, от знаний к творчеству, к увлекательным делам и танцевальным концертам.

Следует учитывать, что азбука танца, его выразительные средства требуют определенного уровня физической подготовленности. Поэтому в работе с детьми можно использовать только те движения и образы, которые способны заложить основы красоты, здоровья и доброты, и не помешают естественному развитию растущего организма.

Данная программа предназначена для детей младшего школьного возраста. Этот период в жизнедеятельности ребенка не предполагает глубокого проникновения в школу танца. Ему лишь закладываются основы музыкальности, культуры движения и исполнительской выразительности.

В основу обучения детей начальных классов необходимо положить игровое начало. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе. Поэтому нужно тщательно подбирать репертуар для учащихся младшего возраста, постоянно его обновлять, внося с учетом времени и особенностей обучаемых детей определенные коррективы.

Работа педагога в начальных классах требует учета психологии младшего школьного возраста, а также физиологических особенностей их организма.

У детей младшего школьного возраста восприятие и мышление носят, в основном, конкретно-образный характер. Ребенок еще не в состоянии со всей полнотой воспринимать выразительные средства каждого из видов искусства. Поэтому на первых порах танец должен быть связан для него не только с музыкой, но и со словами, рисунком, пантомимой.

Например, ритм и темп в музыке рисунок связывает с движением и через него легче их постигает; для выражения своих музыкальных впечатлений он пользуется рисунком; содержание рисунка передает через движение.

Таким образом, один вид искусства помогает постижению другого, а их синтез дает необходимую полноту восприятия. Эту особенность детского мышления учитывает педагогика искусства.

На занятии учащимся должна предоставляться возможность самостоятельного творчества. Немаловажное значение имеет детское сочинительство, составление детьми учебных, танцевальных комбинаций, простейших композиций, этюдов. Навыки, которые развиваются в процессе таких занятий, способствуют формированию творчески активной личности.

Учебными задачами младшего класса являются: овладение основами правильной постановки корпуса (при этом нужно обращать внимание на природные недостатки сложения учеников); общее физическое развитие и

укрепление мышечного аппарата (особенно поясницы и брюшного пресса). При этом важно дифференцировать работу различных групп мышц.

Начиная формировать двигательские навыки, необходимо научить ребенка устойчивости, особое внимание следует уделить у детей прыгучести. Учащиеся должны уметь ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс и позу.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога-хореографа - воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Одним из важных факторов работы на начальном этапе обучения - использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетании, а также правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений.

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

Дети возраста семи -десяти лет имеют достаточно разнообразный арсенал выразительных средств, хорошо ориентируются в музыкальных жанрах, имеют хорошую координацию движений, владеют навыками пространственной ориентации. У них появляется уверенная и твердая поступь. Движения их становятся более осознанными. Всё это даёт возможность усложнять предлагаемые упражнения и приучать детей к самостоятельному выполнению заданий.

В процессе занятий по ритмике и танцу формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному образу (описанию), повышается технический уровень исполнения танцевальных движений, создаются танцы с сюжетно-ролевой основой, с активным привлечением самих детей к творческому процессу.

К семи годам дети почти полностью могут управлять своим телом и способны координировать движения. Чтобы заинтересовать их занятиями ритмикой и танцем, способствуя тем самым их дальнейшему физическому и эстетическому развитию, необходимо подбирать более сложные движения и построения, рассчитанные на быструю смену ориентиров.

При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера в народных, балльных и современных танцев. Это, в свою очередь, связано с выработкой чувства позы и ракурса, сценического пространства, ансамбля.

Чем старше становятся дети, тем больше педагог может обращаться к их собственной фантазии и воображению с просьбой представить себе и показать

какое-то движение в «образе». Причем, свой вариант движений могут показать несколько детей, а остальные дают оценочное высказывание - чей вариант исполнения оказался лучше. Педагог также делает выбор лучшего варианта и предлагает (на свое усмотрение) либо повторить предлагаемые ребенком движения, либо показывает свой вариант. Подобные показы в ответ на задания педагога всегда самостоятельны и уже носят в себе элементы творчества.

Программа дает возможность раскрыть методику ознакомления младших школьников с историей возникновения и развития танца, вводит в большой и удивительный мир хореографического искусства, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями хореографии. Поможет дошкольникам и младшим школьникам влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям младшего школьного возраста. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Основной формой учебной и воспитательной работы в младших классах является групповое занятие педагога с учащимися.

Курс обучения составляет 34 часа в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

Структура программы.

Программа состоит из трёх разделов, соответствующих возрастным группам детей, учитывающим особенности и динамику развития годичного цикла ребёнка. В каждом основном разделе выделены темы:

1. Основные понятия предмета.
2. Танцевальные ритмические упражнения.
3. Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа. Танцы-импровизации.
4. Танцы и пляски.
5. Музыкально-танцевальные игры. Первые два раздела преследуют обучающую цель, а один последний - развитие творческих способностей.

Методические рекомендации:

При проведении танцевальных занятий нужно разумно дозировать нагрузку на организм школьников. В большинстве случаев физическая и эмоциональная нагрузка соответствует времени звучания, темпу и характеру музыкального сопровождения. Быстрые по темпу и эмоциональные по характеру музыкальные произведения нужно чередовать с более спокойными.

На каждом уроке необходимо умело сочетать материал из всех трёх разделов программы. Все эти разделы должны чередоваться не механически а соединяться органично, быть пронизаны единым педагогическим замыслом урока. Преподавателю необходимо правильно распределить учебную нагрузку и грамотно спланировать формы работы на уроке, учитывая индивидуальные возможности каждого ученика. Пути развития ребенка определяются в процессе занятий. Применяя дифференцированные методы обучения, можно варьировать программные требования по усмотрению преподавателя.

Учет и контроль успеваемости.

В младших классах общеобразовательной начальной школы применяется безоценочная система, так как главная цель обучения - способствовать развитию творческих и коммуникативных способностей ребёнка.

Основной критерий оценки качества выполненной работы - выразительное, согласованное исполнение детьми упражнений и танцев, которые в таком законченном варианте могут быть исполнены на вечерах развлечений, школьных праздниках и концертах.

Итоговые требования:

- научить учащегося самостоятельно, грамотно разучивать и выразительно исполнять предлагаемый хореографический текст;
- давать определенный программный объем знаний, умений и навыков;
- включать в процесс обучения альтернативные и экспериментальные программы (с разрешения администрации);
- способствовать формированию музыкально-эстетических чувств учащихся.

Ожидаемые результаты:

Примерный объем навыков и умений к концу 1 года обучения:

1. Знать простейшие музыкальные понятия.
2. Выполнять простейшие шаги, прыжки, бег.
3. Исполнять массовые танцы.
4. Знать правильную постановку корпуса.

Примерный объем навыков и умений к концу 2 года обучения:

1. Уметь исполнять танцы-импровизации (изображение предметов, животных, растений, явлений природы).
2. Соблюдать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
3. Освоить музыкально-танцевальные игры, тренировать внимание, быстроту реакции и воображение.
4. Уметь ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную).

Примерный объем навыков и умений к концу 3 года обучения:

1. Уметь передавать в пластике движений разнообразный характер музыки.
2. Уметь исполнять танцевальные элементы в паре и в группе.
3. Исполнять упражнения на воображение и фантазию.
4. Выразительно исполнять танец на праздниках и концертах.

Примерный объём навыков и умений к концу 4 года обучения:

1. Уметь импровизировать под незнакомую музыку.
2. Выразительно выполнять элементы народных, балльных и детских танцев.
3. Знать основные шаги и фигуры танцев.
4. Знать основные музыкальные понятия.

2. Учебно-тематический план. 1 класс

№	Наименование разделов	Количество часов
1	Музыкально- ритмическая деятельность	13
2	Танцы и пляски	11
3	Творческая деятельность	9
4	Общее количество часов	33

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ОБУЧЕНИЯ

1 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.

Тема включает в себя понятия: линия танца, интервал, дистанция. Знакомство с точками класса. Знакомство с темпами музыки: медленный, умеренный, быстрый, а также, с характерами музыкальных произведений и динамических оттенков.

Тема №2 Подготовительные упражнения

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с исходными положениями ног, позициями рук, также порядковых упражнений.

1. Подготовительные упражнения для постановки корпуса

- основное положение, стоя в свободной позиции
- «Вдох-выдох»
- «Деревянные и тряпочные куклы»
- упражнение «ронять корпус» (расслабление и напряжение мышц корпуса)

2. Подготовительные упражнения для изучения позиций рук (свободная, подготовительная и 1)

-«Большие крылья»

- «Поющие руки»

- «Бабочка»

-упражнение «Твердые и мягкие руки» -упражнение «Мельница» (круговые движения рук) -круговые движения кистями рук

3. Подготовительные упражнения для изучения позиций ног (свободная и б)

-упражнение «твердые и мягкие ноги»

(напряжение и расслабление тазобедренных и голеностопных мышц) -«Круговые движения стопами» -полуприседания («напряженное» и «пружинное»)

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально- двигательный образ.

Упражнение №1

- танцевальный шаг с носка

-шаг с подскоком

-приставной шаг

-шаг с притопом

Упражнение №2

-ходьба под музыку

-ходьба с хлопками

-ходьба с движением рук

-ходьба со сменой мест

-хлопковая комбинация

Упражнение №3

-бег легкий и энергичный

-бег по кругу

-бег на месте с хлопками

-бег со сменой мест

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа. Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1 .Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2.Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3.Танцы- импровизации. «Тихий и громкий танец», «Медленный и быстрый», «Большой и маленький».

Раздел « Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Полька»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Полька» (музыкальный размер 2/4):

- упражнение с хлопками на сильный удар музыки
- подскоки в сочетании с хлопками
- галоп по кругу
- галоп со сменой мест (вправо, влево)
- подскоки на месте с хлопками
- выставление ноги на носок в сочетании с приседаниями

«Парная полька»:

- положение в паре лицом друг к другу «лодочка»
- комбинация притопов
- галоп со сменой мест
- хлопковые комбинации

Тема №6 Изучение танца «Пляска с притопом»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом(платком).

- бег по кругу;
- притопы;
- повороты вокруг себя.

Тема № 7. Изучение диско –танцев и бальных танцев.

-«Весёлая стирка», «Автостоп», «Мама-Мария», «Ритмический танец», «Вальс», «Вару-Вару», «Приглашение», «Сударушка».

Тема№8. Изучение танца «Хлопушки»»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений и умение ориентироваться в пространстве. «Хлопушки» (музыкальный размер 2/4) бег по кругу; хлопки и притопы; сужать и расширять круг.

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально- танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии «Стройте круг», «Кружки и стайки», «Шеренги и цепочки» «Хлопки», «Тихие воротца».
2. Имитационные игры «Птичий двор», «Лошадки», «Кот и мыши»
3. Спортивные игры «Стоп, хлоп, раз», «Найди своё место», «Найди своё место»

Танцевальный репертуар.

1. Полька.
2. Русская пляска.
3. Хлопушки.
4. Ритмический танец,
5. Flashmob

№ урока	Дата	Название темы	Кол-во часов
1		Что такое «Ритмика»? Основные понятия.	1
2		Разминка. Поклон. Линия.	1
3		Постановка корпуса. Основные правила.	1
4-5		Позиции рук. Основные правила.	2
6		Позиции ног	1
7		Ритмико-гимнастические упражнения	1
8		Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1
9		Основные шаги в танце.	1
10-11		Движения по линии танца.	2
12		Ходьба. Бег. Комбинации.	1
13		Поскоки. Комбинация.	1
14		Приставные шаги. Комбинация.	1
15		Ритмико-гимнастические упражнения	1
16		Создание музыкально-двигательного образа.	1
17-18		Танец «Солнечные зайчики».	2
19-20		Упражнения для улучшения гибкости	2
21-22		Ритмическая комбинация «Ладони».	2
23-24		Танец «Стирка»	2
25-26		Ритмико-гимнастические упражнения	2
27-30		Разминка. Основные движения танца «Полька». Разучивание движений.	4
31		Общеразвивающие упражнения.	1
32		Музыкально-танцевальные игры.	1
33		Имитационные игры.	1
		ИТОГО	33

3. Учебно-тематический план. 2 класс

№	Наименование разделов	Количество часов
1	Музыкально- ритмическая деятельность	13
2	Танцы и пляски	12
3	Творческая деятельность	9
4	Общее количество часов	34

2 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.

Тема включает в себя понятия: колонна, шеренга. Знакомство с динамическими оттенками: громко, тихо.

Тема №2 Подготовительные упражнения

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с исходными положениями ног, позициями рук, также порядковых упражнений.

1. Подготовительные упражнения для постановки корпуса

- основное положение, стоя в свободной позиции
- «зернышко»
- «бабочка»
- «цапля»

2. Позиции рук (вторая, третья)

- «радуга»
- «тюльпан»

3. Подготовительные упражнения для изучения позиций ног (вторая, третья)

- «гармошка»
- «елочка»
- «велосипед»

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Упражнение №1

- танцевальный шаг с пятки
- шаг с перескоком
- приставной шаг с приседанием
- шаг с притопом и прихлопом

Упражнение №2

- ходьба под музыку с работой рук
- ходьба с хлопками с работой ног
- ходьба с движением рук и ног

Упражнение №3

- острый бег
- бег по диагонали
- бег с движением

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа. Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально-двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3. Танцы- импровизации: «Моряк», «Солдат», «Буратино» и т.д. (по выбору)

Раздел «Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Полька в паре»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Полька в паре» (музыкальный размер 2/4):

- упражнение с хлопками на сильный удар музыки
- подскоки в сочетании с хлопками
- галоп по кругу
- галоп со сменой мест (вправо, влево)
- подскоки на месте с хлопками
- выставление ноги на носок в сочетании с приседаниями

Тема №6 Изучение танца «Русский танец»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом (платком).

- бег по кругу;
- притопы;
- повороты вокруг себя.

Тема № 7. Изучение диско –танцев и бальных танцев.

- «Слоненок»
- «Модный рок»
- «Кик»

Тема №8. Изучение танца «Берлинская полька»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений и умение ориентироваться в пространстве.

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально-танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии: «Ручеёк», «Повтори за мной»
2. Имитационные игры: «Волк и заяц», «Дети и медведь»

Танцевальный репертуар.

1. Чему учат в школе
2. Приглашение
3. Чунга-Чанга
4. Солнечные зайчики
5. Русский танец
6. Flashmob

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 класс

№ урока	Дата	Название темы	Кол-во часов
1		Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2		Разминка. Позиции ног.	1
3-4		Общеразвивающие упражнения.	2
5-9		Танец «Полька».	5
10-11		Упражнение “Ладочки”. Основные движения.	2
12		Разминка. Позиции рук.	1
13-14		Движения по линии танца.	2
15-19		Танец «Вару – Вару».	5
20-23		Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, присядка.	4
24		Разминка. Упражнения на заданный образ.	1
25		Общеразвивающие упражнения.	1
26-30		Танец в современных ритмах.	5
31		Разминка. Музыкально-ритмические упражнения.	1
32		Элементы импровизации на уроке.	1
33		Танец «Подарки».	1
34		Музыкально-танцевальные игры.	1
		ИТОГО	34

4. Учебно-тематический план для 3 классов

№	Наименование разделов	Количество часов
1	Музыкально- ритмическая деятельность	13
2	Танцы и пляски	12
3	Творческая деятельность	9
4	Общее количество часов	34

3 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.

Тема включает в себя понятия: счет в танце, вступление, пауза, понятие правильной осанки.

Тема №2 Подготовительные упражнения

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с музыкальным ритмом.

1. Упражнения с предметами:

- с мячом
- с платком
- с бубном
- с трещетками

2. Упражнения для рук:

- «пьеро»
- «буратино»
- «цветок»

3. Упражнения для ног:

- реливе
- подъем с выносом ноги на воздух
- battement tendu
- battement tendu jete´

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально- двигательный образ.

Упражнение №1

- шаркающий шаг
- шаг-галоп
- переменный шаг

Упражнение №2

- чередование ходьбы с подскоком
- чередование ходьбы с прыжком
- чередование подскока с галопом
- подскок с поворотом

Упражнение №3

- бег с выносом ног вперед
- чередование бега и подскока
- чередование бега и галопа

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа. Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

- 1 .Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.
- 2.Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся
- 3.Танцы- импровизации: «Волна», «Часики».

Раздел « Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Мазурка»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Мазурка» (музыкальный размер 3/4):

- перескоки с ноги на ногу
- бег кругу
- повороты со сменой мест (вправо, влево)
- ключ

«Чарли»:

- положение в паре лицом друг к другу
- приставные шаги
- перемена мест в паре
- повороты в паре

Тема №6 Изучение танца «Кадриль»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом (платком).

- бег по кругу;
- притопы;
- повороты вокруг себя.

Тема № 7. Изучение диско-танцев и бальных танцев.

- «Падеграс»

Тема №8. Изучение танца «Подарки»»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений и умение ориентироваться в пространстве.

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально-танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии: «Музыкальные змейки», «Творческая импровизация»

2. Имитационные игры: «Цапля и лягушки»

Танцевальный репертуар.

1. Мазурка

2. Русский танец.

3. Ритмический танец.

4. Вальс.

5. Flashmob

6. Падеграс.

Календарно-тематическое планирование. 3 класс

№ урока	Дата	Название темы	Кол-во часов
1		Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2		Разминка. Упражнения для рук.	1
3-4		Общеразвивающие упражнения.	2
5		Музыкально-ритмические упражнения.	1
6-10		Танец «Мазурка»	5
11		Танцевальные шаги.	1
12-14		Упражнения на развитие координации движений.	3
15-17		Русский танец «Ах вы сени»	3
18-20		Разминка. Чередование шагов.	3
21-22		Танцевальные комбинации.	2
23-24		Упражнения на координацию движений.	2
25-29		Основные шаги танца «Вальс».	5
30		Создание музыкально-двигательного образа.	1
31		Ритмический танец.	1
32		Общеразвивающие упражнения.	1
33		Индивидуальное творчество.	1
34		Музыкально- танцевальные игры.	1
		ИТОГО	34

5. Учебно-тематический план для 4 классов

№	Наименование разделов	Количество часов
1	Музыкально- ритмическая деятельность	13
2	Танцы и пляски	12
3	Творческая деятельность	9
4	Общее количество часов	34

4 класс

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с музыкальными понятиями

Тема включает в себя понятия: фраза, предложение, регистр, реприза, затакт.

Тема №2 Подготовительные упражнения

1. Упражнения на ориентировку в пространстве

- «врассыпную»
- распределение по группам
- квадрат
- ромб

2. Упражнения для рук:

- «восьмерка»
- «зеркало»
- «свечка»
- «птичка»

2. Упражнения для ног:

- demi-plie и Grand plie
- перекаты с носка на пятку
- перекаты с пятки на носок
- переходы из позиции в позицию плавные и с прыжком

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально- двигательный образ.

Упражнение №1

- топающий шаг
- шаг с поворотом
- мягкий шаг

- кошачий шаг

Упражнение №2

- ходьба с переменной музыки (быстрой и медленной)

- ходьба с паузой

- ходьба со сменой направления

Упражнение №3

- бег с остановкой

- бег по двум кругам

- бег на месте с хлопками

- бег с поворотом

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа. Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.

2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся

3. Танцы- импровизации.: «Люди и манекены», «Живое и неживое», «Свет и тьма».

Раздел « Танцы и пляски».

Тема №5 Изучение танца «Яблочко»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки

«Яблочко» (музыкальный размер 4/4):

- упражнение с хлопками на сильный удар музыки

- шаги в сочетании с хлопками

- присядка

- хлопушка

- веревочка

- ковырялочка

- повороты

- подскоки

«Ковбойский танец»:

- положение в паре лицом друг к другу «лодочка»

- комбинация притопов

- галоп со сменой мест

- хлопковые комбинации

Тема №6 Изучение танца «Фигурный вальс»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом (платком).

- «квадрат»

- повороты в паре

- повороты вокруг себя.

- шаги по кругу

Тема № 7. Изучение диско –танцев и бальных танцев.

- «Ритмический танец»
- «Ча-ча-ча»

Раздел «Творческая деятельность».

Тема №9 Музыкально-танцевальные игры. Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1. Музыкальные игры с элементами хореографии «Создай фигуру», «Ниточка с иголочкой»
2. Имитационные игры «Роботы».

Танцевальный репертуар.

1. Flashmob
2. Ритмический танец
3. Яблочко
4. Фигурный вальс
5. Полонез

Календарно-тематическое планирование. 4 класс

№ урока	Дата	Название темы	Кол-во часов
1		Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2		Разминка. Упражнения для рук.	1
3-4		Общеразвивающие упражнения.	2
5-8		Танец «Ча-ча-ча».	4
9-10		Разминка. Позиции ног.	2
11-12		Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	2
13-16		Танец «В современных ритмах»	4
17		Общеразвивающие упражнения.	1
18-19		Разминка .Танцевальные шаги.	2
20-21		Упражнения на развитие координации.	2
22-26		Танец «Фигурный вальс»	5
27		Музыкально-ритмические упражнения.	1
28		Упражнения на улучшение осанки	1
29-33		Танец «Полонез»	5
34		Создание танцевального образа	1
		ИТОГО	34

Условия реализации программы

- Просторный зал
- Помещение для переодевания учащихся.
- Видео и аудиоаппаратура.
- Наглядные пособия,
- Фортепьяно.
- Нотная литература.
- Учебная форма учащихся.

Заключение.

Основная установка работы с детьми - не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике и танцу для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу.

Основными методами в работе с младшими школьниками являются показ и словесно-образное объяснение, базирующееся на взаимодействии и органическом слиянии музыки и движения. Основными принципами планирования, организации и проведения занятий по ритмике и танцу являются: систематичность, последовательность, доступность, перспективность, повторяемость, заинтересованность.

Итогом работы является создание творческих программ, праздников, уроков-концертов, тематических занятий, где дети используют не только полученные двигательные навыки, но демонстрируют способность исполнить движение, танец образно, эмоционально, выразительно в соответствии как с темпом, характером, так и стилем музыкального и танцевального произведения.

Литература.

1. А.Е. Чибрикова-Луговская. Ритмика.-С-П.,2003 г.
2. Т.В. Пуртова. Учите детей танцевать.-М.,2003 г.
3. М.А. Михайлова. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. М., 2001г.
4. Г. Франио. Методическое пособие по ритмике.- М., 1995 г.
5. Е.В. Горшкова. От жеста к танцу. М., 2002 г.
6. И. Бурмистрова. Школа танцев для юных.- М., 2003 г.
7. Г.П. Гусев. Методика преподавания народного танца.- М., 2004