


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Управление образования Администрации города Ижевска
МБОУ "СОШ №26 с углубленным изучением отдельных предметов"

РАССМОТРЕНО

На заседании ПК
Руководитель ПК

 Поздеева Е.А.
Протокол № 1
от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

Протокол № 9
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Шайхутдинова Г.Н.
Приказ № 100
от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

«Ритмика»

для обучающихся 1-4 классов

Руководитель:
Поспелова Дарья Андреевна

Ижевск, 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель реализации программы: Формирование основ здорового образа жизни, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию школьников.

Задачи:

Образовательные:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здоровья и безопасного образа жизни.

Воспитательные:

- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Развивающие:

- способствовать всестороннему развитию и раскрытие творческого потенциала;
- способствовать развитию музыкального слуха и чувства ритма.

Планируемые результаты обучения: в результате освоения дополнительной общеразвивающей программы слушатель должен приобрести/сформировать следующие знания, умения, навыки, личностные качества:

слушатель должен **знать:**

- единые требования о правилах поведения в спортивном коллективе;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- названия простых общеразвивающих упражнений;
- названия простых танцевальных шагов;

слушатель должен **уметь:**

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- владеть корпусом во время исполнения движений;

- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- самостоятельно выполнять изученные элементы танца;
- свободно работать с предметами по одному и в парах;
- придумывать свои простейшие движения с предметом и без него.

Личностные:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

Предметные:

- формирование положительного отношения к здоровому образу жизни;
- формирование музыкальной культуры, развитие эмоциональной заинтересованности в восприятии музыкальной культуры, музыкального мышления, воображения, вкуса.
- представлять спортивные танцы как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формирование положительного отношения к предмету, желание передавать содержание музыки в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;
- формирование выразительного исполнения музыкально-ритмических композиций в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;
- выполнение детьми различных творческих заданий по созданию музыкальных этюдов (образных и имитационных) на основе сформированных движений (все виды ходьбы, бега, подскоков, галопа).

- развитие у детей пространственного мышления и пространственное воображения в творческих заданиях по созданию музыкально-ритмических игр, этюдов, танцевальных композиций.

- формирование умения общаться в танце с партнёром, слаженно исполнять танцевальные композиции в коллективе.

Метапредметными результатами изучения курса ритмики в 1-м классе являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- принимать учебную задачу;
- понимать позицию слушателя при восприятии музыкальных образов, характерных особенностей танцев;
- осуществлять первоначальный контроль своего участия в интересных для него видах музыкально-ритмической деятельности;
- адекватно воспринимать предложения учителя;
- принимать музыкально-исполнительскую задачу и инструкцию учителя;
- принимать позицию исполнителя музыкально-ритмических упражнений, композиций, танцев;
- воспринимать мнение и предложения сверстников, родителей в отношении исполнения музыкально-ритмических композиций, танцев.

Познавательные УУД:

- ориентироваться в информационном материале предмета ритмики, осуществлять поиск нужной информации в Музыкальном словаре и других справочниках;
- использовать простые символические варианты музыкальной записи (термины, основные музыкально-теоретические понятия);
- первоначальной ориентации в способах решения исполнительской задачи;
- находить в музыкальном тексте разные части;
- понимать содержание музыки, средства музыкальной выразительности, форму музыкального произведения;
- составлять простое схематическое изображение формы музыкального произведения.

Коммуникативные УУД:

- воспринимать музыкальное произведение и мнение других людей о музыке;
- учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия музыки;
- принимать участие в коллективной музыкально-ритмической деятельности, учиться общаться в паре с партнёром;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- использовать простые речевые средства для передачи мелодии, движения при исполнении движений под музыку;
- следить за действиями других участников в процессе музыкально-ритмической деятельности.

Метапредметными результатами изучения курса ритмики во 2-м классе являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- принимать учебную задачу и следовать инструкции учителя;
- планировать свои действия в соответствии с учебными задачами и инструкцией учителя;
- эмоционально откликаться на музыкальную характеристику образов героев музыкальных сказок и музыкальных зарисовок;
- выполнять действия в устной форме;
- осуществлять контроль своего участия в разных видах музыкально-ритмической деятельности;
- понимать смысл инструкции учителя и заданий, предложенных в музыкально-ритмических упражнениях, композициях, танцах, играх, импровизациях;
- выполнять действия в опоре на заданный ориентир;
- выразительно выполнять музыкально-ритмические движения.

Познавательные УУД:

- расширять свои представления о музыке и средствах музыкальной выразительности, теоретических знаниях;
- пространственные ориентации в способах решения исполнительской задачи;

- использовать простые символические варианты музыкальной записи, в том числе карточки ритма;
- читать простое схематическое изображение рисунка танца;
- различать условные обозначения сравнивать разные части музыкального текста;
- осуществлять поиск дополнительной информации о танцах, эпохе и т.д.
- работать с музыкальными текстами: анализировать их, слышать ритмические особенности, темп, форму произведения;
- соотносить различные произведения по настроению, форме, по некоторым средствам музыкальной выразительности (темп, динамика, ритм, мелодия).

Коммуникативные УУД:

- использовать простые речевые средства для передачи своего впечатления от музыки;
- исполнять музыкально-ритмические движения, танцы со сверстниками;
- учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия музыки;
- принимать участие в коллективных импровизациях, инсценировках;
- следить за действиями других участников в процессе коллективной музыкально-ритмической деятельности;
- контролировать свои действия в коллективной работе и понимать важность их правильного выполнения (от каждого в группе зависит общий результат).
- выражать своё мнение о музыке и танцах в процессе работы над исполнением музыкально-ритмических движений.

Метапредметными результатами изучения курса ритмики в 3-м классе являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную, в том числе музыкально-исполнительскую задачу, понимать смысл инструкции учителя и вносить в нее коррективы;
- планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, различая способ и результат собственных действий;
- выполнять музыкально-ритмические движения в опоре на заданный учителем или сверстниками ориентир;

- осуществлять контроль и самооценку своего участия в разных видах музыкально-ритмической деятельности.

- понимать смысл предложенных конструктивных и творческих заданий в музыкально-ритмической деятельности;

- воспринимать мнение о музыкальном произведении сверстников и взрослых.

Познавательные УУД:

- осуществлять поиск нужной информации в словаре и из дополнительных источников, расширять свои представления о музыке, танцах, эпохе создания;

- самостоятельно работать с музыкальными текстами, анализировать их строение, характерные особенности, уметь сравнивать с ранее изученными произведениями;

- передавать свои впечатления о музыкально-ритмических композициях, танцах;

- выбирать способы решения музыкально-ритмических задач;

- соотносить содержание рисунков и схематических изображений перестроений танца с выполнением рисунка танца в движении;

- обобщать учебный материал;

- устанавливать аналогии;

- сравнивать средства музыкальной выразительности в танцевальной музыке и других видах искусства (литература, живопись).

Коммуникативные УУД:

- осуществлять поиск нужной информации в словаре и из дополнительных источников, расширять свои представления о музыке и танцах;

- самостоятельно работать с музыкальными текстами и заданиями, анализировать их строение, характер, особенности музыкального образа;

- передавать свои впечатления о музыкально-ритмической композиции;

- выбирать способы решения музыкально-ритмической задачи;

- соотносить иллюстративный материал и основное содержание музыкального произведения;

- соотносить содержание рисунков и схематических изображений с перестроениями в танце;

- проводить сравнение и классификацию изученных объектов по заданным критериям;
- обобщать учебный материал;
- устанавливать аналогии.

Метапредметными результатами изучения курса ритмики в 4-м классе являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать смысл исполнительских и творческих заданий, вносить в них свои коррективы;
- планировать свои действия в соответствии с поставленными художественно-исполнительскими и учебными задачами;
- различать способ и результат собственных и коллективных действий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, родителей, сверстников и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его оценки и самооценки;
- осуществлять контроль своего участия в разных видах музыкально-ритмической деятельности;
- выполнять учебные действия в устной, письменной речи и во внутреннем плане;
- воспринимать мнение сверстников и взрослых о музыкальном произведении, особенностях его исполнения;
- высказывать собственное мнение о явлениях музыкального искусства;
- принимать инициативу в музыкально-ритмических импровизациях и инсценировках.

Познавательные УУД:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных и творческих заданий с использованием учебной и дополнительной литературы, в том числе в открытом информационном пространстве (контролируемом пространстве Интернета);
- использовать знаково-символические средства, в том числе схемы, для решения учебных (музыкально-ритмических) задач;

- строить сообщения в устной и письменной форме, используя примеры музыкальной записи;
- проводить сравнение и классификацию изученных объектов по заданным критериям;
- обобщать (самостоятельно выделять ряд или класс объектов);
- устанавливать аналогии;
- представлять информацию в виде сообщения с иллюстрациями (презентация проектов).
- соотносить различные произведения по настроению, форме, по различным средствам музыкальной выразительности (темп, ритм, динамика, мелодия);
- строить свои рассуждения о характере, жанре, средствах художественно-музыкальной выразительности.

Коммуникативные УУД:

- выражать свое мнение о музыке, используя разные речевые средства (монолог, диалог, сочинения), в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- выразительно исполнять музыкально-ритмические движения, воспринимать их как средство общения между людьми;
- контролировать свои музыкально-ритмические движения в коллективной работе (импровизациях, инсценировках), соотносить их с действиями других участников и понимать важность совместной работы;
- продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми, в том числе в проектной деятельности;
- использовать речь для регуляции своего действия, и действий партнёра;
- стремиться к координации различных позиций;
- участвовать в диалоге, в обсуждении различных явлений жизни и искусства;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников.

Воспитательные результаты

Программа предусматривает достижение *первого, второго и третьего уровня результатов.*

Первый уровень результатов предполагает первичное ознакомление с основными понятиями и представлениями основ здорового образа жизни.

Второй уровень результатов предполагает формирование полноценного понимания основ здорового образа жизни через выполнение элементарных правил здоровьесбережения.

Третий уровень результатов предполагает приобретение первоначального опыта сохранения собственного здоровья.

В процессе изучения музыкального искусства у выпускников начальной школы будут развиваться интеллектуальная и эмоциональная сферы, воспитываться художественный вкус, расширяться музыкальный и культурный кругозор. В ходе обучения искусству будет идти активный процесс становления социально-личностных отношений, проявления творческих инициатив в мире музыки, восприимчивости и способности к сопереживанию, развитие образного и ассоциативного мышления, творческой фантазии.

Выпускник научится:

1. наблюдать за многообразными явлениями музыкально-ритмического искусства, выражать свое отношение к искусству, передавая художественно-образное содержание произведения в единстве с его формой в движении;

2. выявлять выразительные средства и особенности музыкального языка и передавать их в движении;

3. выражать эмоциональное содержание музыкальных произведений в исполнении, в художественно-творческой деятельности.

Выпускник получит возможность научиться:

1. принимать активное участие в художественных событиях класса, музыкально-эстетической жизни школы (музыкальные вечера, концерты, конкурсы и т.д.).

2. самостоятельно решать творческие задачи, высказывать свои впечатления о концертах, спектаклях и т.д., оценивая их с художественно-эстетической точки зрения.

3. заниматься музыкально-ритмическим самообразованием при организации культурного досуга, составлении домашней фонотеки, посещениях концертов, фестивалей и т.д.

Категория обучающихся: программа предназначена для детей 1-4 классов.

Трудоёмкость обучения: нормативная трудоёмкость обучения по данной программе составляет 35-36 академических часов.

Форма обучения: очная

Календарный учебный график: формируется непосредственно при реализации дополнительной общеразвивающей программы «». Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 класс

№	Наименование разделов	Всего ак. час.	Теория	Практика	Промежут. и итог. контроль	Форма контроля
1.	«Введение в программу»	3	3	0	0	-
2.	«Учебно-тренировочная работа»	19	1	11	7	Пед.наблюдение
3.	«Репертуар»	8	0	8	0	-
4.	«Танцевально-творческая деятельность»	1	0	0	1	Концерт, мероприятие
5.	«Аттестация, подведение	2	0	0	2	Пед.наблюдение,

	ИТОГОВ»					Зачёт
	ИТОГО:	33	4	19	10	

2.2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование модулей	Всего ак.час.	В том числе			Форма контроля
			Теория	Практика	Промежут. и итоговый контроль	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Раздел 1. «Введение в программу»	3	3	0	0	-
1.1	«Техника безопасного поведения»	1	1	-	-	-
1.2	«Основы музыкальной грамоты и этикета»	1	1	-	-	-
1.3	«Культура здорового образа жизни»	1	1	-	-	-
2.	Раздел 2. «Учебно-тренировочная работа»	19	1	11	7	Пед.наблюдение
2.1	«Основные понятия: громко - тихо, медленно и быстро»	2	1	-	1	Пед.наблюдение
2.2	«Зал и танцы»	1	-	1	-	-
2.3	«Позиции рук»	2	-	1	1	Пед.наблюдение
2.4	«Позиции ног»	2	-	1	1	Пед.наблюдение
2.5	«Танцевальные шаги»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
2.6	«Коллективно-порядковые и ритмические упражнения»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
2.7	«Пластические упражнения»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
2.8	«Повороты»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
3.	Раздел 3. «Репертуар»	8	0	8	0	-
3.1	Разучивание танца	2	-	2	-	-
3.2	Разучивание танца	2	-	2	-	-

3.3	Разучивание флешмоба	2	-	2	-	-
3.4	Разучивание флешмоба	2	-	2	-	-
4.	«Танцевально-творческая деятельность»	1	0	0	1	Концерт, мероприятие
4.1	«Участие в мероприятиях воспитательной системы»	1	-	-	1	Концерт, мероприятие
5.	Раздел 5. «Аттестация, подведение итогов»	2	0	0	2	Пед.наблюдение, Зачёт
5.1	«Закрепление пройденного материала»	1	-	-	1	Пед.наблюдение
5.2	«Подведение итогов»	1	-	-	1	Зачёт
	ИТОГО:	33	4	19	10	

2.3. СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. «Введение» (3 ч.)

Тема 1.1 «Техника безопасного поведения» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

Тема 1.2 «Основы музыкальной грамоты и этикета» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Знакомство с музыкой и её ритмом.

Тема 1.3 «Культура здорового образа жизни» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Разговор о ЗОЖ. Что такое здоровый образ жизни. Основные принципы здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ 2. «Учебно-тренировочная работа» (21 ч.)

Тема 2.1 «Основные понятия: громко - тихо, медленно и быстро» (2 ч.)

Наименование видов занятия: беседа, промежуточный контроль.

Теоретическое занятие: Разбор понятий «тихо-громко», «медленно-быстро».

Промежуточный контроль: Знакомство с музыкальным размером в сочетании с ритмичными хлопками.

Тема 2.2 «Зал и танцы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Правила ориентации в зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене, к центру, против линии танца.

Тема 2.3 «Позиции рук» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья).

Промежуточный контроль: Учащиеся индивидуально сдают позиции рук.

Тема 2.4 «Позиции ног» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Позиции ног (1-я, 2-я, 3-я, 6-я).

Промежуточный контроль: Учащиеся индивидуально сдают позиции ног.

Тема 2.5 «Танцевальные шаги» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Учащиеся знакомятся с танцевальными шагами.

Промежуточный контроль: Учащиеся индивидуально/в парах сдают танцевальные шаги.

Тема 2.6 «Коллективно-порядковые и ритмические упражнения» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Вход в зал танцевальным шагом.

Положение рук: - руки свободно опущены, руки на талии, руки на платье, руки за спину. Построение, перестроение и передвижение в танцевальном зале в различных направлениях: - по линии,- по кругу и в круг,- по квадратам,- по диагоналям. Хлопки ладонями, соблюдая ритмический рисунок на музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4 , акцентируя различные доли такта. Сочетание ритмических хлопков с различными видами шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают упражнения под музыку.

Тема 2.7 «Пластические упражнения» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие:

- 1) Упражнения для рук: последовательное сгибание и разгибание рук, пальцев, вращение кистей, предплечий; отведение рук рывками вверх, вниз, в стороны, вращение всей руки в различных плоскостях.
- 2) Упражнения для шеи: поворот головы в стороны, наклоны головы вперёд, назад, в стороны; смещение головы вперёд, назад, в стороны при неподвижных плечах; вращательные движения.
- 3) Упражнения для плеч: поднимание и опускание, выдвижение вперёд и назад, вращательные движения.
- 4) Упражнения для корпуса: повороты в стороны, наклоны вперёд, назад, в стороны, смещение верхней части корпуса вперёд, назад, в стороны; волнообразные движения в плечевом и тазобедренном поясе.
- 5) Упражнения для ног: смещение бёдер вперёд, в стороны при неподвижной верхней части корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные пластические упражнения.

Тема 2.8 «Повороты» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Знакомство с поворотами на месте и с перемещением по залу.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают повороты на месте и с перемещением по залу.

РАЗДЕЛ 3. «Репертуар» (6 ч.)

Тема 3.1 «Разучивание танца» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.2 «Разучивание танца» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.3 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.4 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

РАЗДЕЛ 4. «Танцевально-творческая деятельность» (1 ч.)

Тема 4.1 «Участие в мероприятиях воспитательной системы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся принимают участие в концерте, мероприятии.

РАЗДЕЛ 5. «Аттестация, подведение итогов» (2 ч.)

5.1 «Закрепление пройденного материала» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные флешмобы.

5.2 «Подведение итогов» (1 ч.)

Наименование видов занятия: итоговый контроль.

Итоговый контроль: Учащиеся сдают выученные танцы.

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2 класс

№	Наименование разделов	Всего ак.час.	Теория	Практика	Промежут. и итог.контр оль	Форма контроля
1.	«Введение в программу»	3	3	0	0	-

2.	«Учебно-тренировочная работа»	17	2	9	6	Пед.наблюдение
3.	«Репертуар»	10	0	10	0	-
4.	«Танцевально-творческая деятельность»	1	0	0	1	Концерт, мероприятие
5.	«Аттестация, подведение итогов»	2	0	0	2	Пед.наблюдение, Зачёт
ИТОГО:		34	5	19	6	

2.2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование модулей	Всего ак.час.	В том числе			Дата проведения
			Лекции	практические занятия	Промежут. и итог.контр оль	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Раздел 1. «Введение в программу»	3	3	0	0	-
1.1	«Техника безопасного поведения»	1	1	-	-	-
1.2	«Основы музыкальной грамоты и этикета»	1	1	-	-	-
1.3	«Культура здорового образа жизни»	1	1	-	-	-
2.	Раздел 2. «Учебно-тренировочная работа»	17	2	9	6	Пед.наблюдение
2.1	«Основные понятия: громко - тихо, медленно и быстро»	2	1	-	1	Пед.наблюдение
2.2	«Зал и танцы»	1	1	-	-	-
2.3	«Позиции рук и ног»	2	-	1	1	Пед.наблюдение
2.4	«Танцевальные шаги»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
2.5	«Коллективно-порядковые и ритмические упражнения»	4	-	3	1	Пед.наблюдение
2.6	«Пластические	3	-	2	1	Пед.наблю

	упражнения»					дение
2.7	«Повороты»	2	-	1	1	Пед.наблю Дение
3.	Раздел 3. «Репертуар»	10	0	10	0	-
3.1	Разучивание танца	3	-	3		-
3.2	Разучивание танца	3	-	3		-
3.3	Разучивание флешмоба	2	-	2		-
3.4	Разучивание флешмоба	2	-	2		-
4.	Раздел 4. «Танцевально- творческая деятельность»	2	0	0	2	Концерт, мероприя тие
4.1	«Подготовка к мероприятию воспитательной системы»	1	-	-	1	Пед.наблю дение
4.2	«Участие в мероприятиях воспитательной системы»	1	-	-	1	Концерт, мероприя тие
5.	Раздел 5. «Аттестация, подведение итога»	2	0	0	2	Пед.наблю дение, Зачёт
5.1	«Закрепление пройденного материала»	1	-	-	1	Пед.наблю Дение
5.2	«Подведение итога»	1	-	-	1	Зачёт
	ИТОГО:	36	5	23	6	

2.3. СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. «Введение» (3 ч.)

Тема 1.1 «Техника безопасного поведения» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

Тема 1.2 «Основы музыкальной грамоты и этикета» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Знакомство с музыкой и её ритмом.

Тема 1.3 «Культура здорового образа жизни» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Разговор о ЗОЖ. Что такое здоровый образ жизни. Основные принципы здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ 2. «Учебно-тренировочная работа» (19 ч.)

Тема 2.1 «Основные понятия: громко - тихо, медленно и быстро» (2 ч.)

Наименование видов занятия: беседа, промежуточный контроль.

Теоретическое занятие: Разбор понятий «тихо-громко», «медленно-быстро».

Промежуточный контроль: Знакомство с музыкальным размером в сочетании с ритмичными хлопками.

Тема 2.2 «Зал и танцы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Правила ориентации в зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене, к центру, против линии танца.

Тема 2.3 «Позиции рук и ног» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья). Позиции ног (1-я, 2-я, 3-я, 6-я).

Промежуточный контроль: Учащиеся индивидуально сдают позиции ног и рук.

Тема 2.4 «Танцевальные шаги» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Учащиеся знакомятся с танцевальными шагами.

Промежуточный контроль: Учащиеся индивидуально/в парах сдают танцевальные шаги.

Тема 2.5 «Коллективно-порядковые и ритмические упражнения» (4 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Вход в зал танцевальным шагом.

Положение рук: - руки свободно опущены, руки на талии, руки на платье, руки за спину. Построение, перестроение и передвижение в танцевальном зале в различных

направлениях: - по линии,- по кругу и в круг,- по квадратам,- по диагоналям. Хлопки ладонями, соблюдая ритмический рисунок на музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4 , акцентируя различные доли такта. Сочетание ритмических хлопков с различными видами шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают упражнения под музыку.

Тема 2.6 «Пластические упражнения» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие:

- 1) Упражнения для рук: последовательное сгибание и разгибание рук, пальцев, вращение кистей, предплечий; отведение рук рывками вверх, вниз, в стороны, вращение всей руки в различных плоскостях.
- 2) Упражнения для шеи: поворот головы в стороны, наклоны головы вперёд, назад, в стороны; смещение головы вперёд, назад, в стороны при неподвижных плечах; вращательные движения.
- 3) Упражнения для плеч: поднимание и опускание, выдвижение вперёд и назад, вращательные движения.
- 4) Упражнения для корпуса: повороты в стороны, наклоны вперёд, назад, в стороны, смещение верхней части корпуса вперёд, назад, в стороны; волнообразные движения в плечевом и тазобедренном поясе.
- 5) Упражнения для ног: смещение бёдер вперёд, в стороны при неподвижной верхней части корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные пластические упражнения.

Тема 2.7 «Повороты» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Знакомство с поворотами на месте и с перемещением по залу, поворотами в парах.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают повороты на месте и с перемещением по залу.

РАЗДЕЛ 3. «Репертуар» (6 ч.)

Тема 3.1 «Разучивание танца» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.2 «Разучивание танца» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.3 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.4 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

РАЗДЕЛ 4. «Танцевально-творческая деятельность» (2 ч.)

Тема 4.1 «Подготовка к мероприятию воспитательной системы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся репетируют номер на выступление.

Тема 4.2 «Участие в мероприятиях воспитательной системы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся выступают на мероприятии.

РАЗДЕЛ 5. «Аттестация, подведение итогов» (2 ч.)

5.1 «Закрепление пройденного материала» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные флешмобы.

5.2 «Подведение итогов» (1 ч.)

Наименование видов занятия: итоговый контроль.

Итоговый контроль: Учащиеся сдают выученные танцы.

2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

3 класс

№	Наименование разделов	Всего ак.час.	Теория	Практика	Промежут. и итог.контр оль	Форма контроля
1.	«Введение в программу»	3	3	0	0	-
2.	«Учебно-тренировочная работа»	14	0	10	4	Пед.наблюдение
3.	«Репертуар»	10	0	10	0	-
4.	«Танцевально-творческая деятельность»	5	0	3	2	Концерт, мероприятие
5.	«Аттестация, подведение итогов»	2	0	0	2	Пед.наблюдение, Зачёт
ИТОГО:		34	3	23	8	

2.2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование модулей	Всего ак.час.	В том числе			Дата проведения
			Лекции	практические занятия	Промежут. и итог. Контроль	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
1.	Раздел 1. «Введение в программу»	3	3	0	0	-
1.1	«Техника безопасного поведения»	1	1	-	-	-
1.2	«Основы музыкальной грамоты и этикета»	1	1	-	-	-
1.3	«Культура здорового образа жизни»	1	1	-	-	-
2.	Раздел 2. «Учебно-тренировочная работа»	14	0	10	4	Пед.наблюдение
2.1	«Зал и танцы»	1	-	1	-	-
2.2	«Танцевальные шаги»	3	-	2	1	Пед.наблюдение

2.3	«Пластические упражнения»	4	-	3	1	Пед.наблюдение
2.4	«Пластика рук в движении с предметом»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
2.5	«Коллективно-порядковые и ритмические упражнения»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
3.	Раздел 3. «Репертуар»	10	0	10	0	-
3.1	Разучивание танца	3	-	3	-	-
3.2	Разучивание танца	3	-	3	-	-
3.3	Разучивание флешмоба	2	-	2	-	-
3.4	Разучивание флешмоба	2	-	2	-	-
4	Раздел 4. «Танцевально-творческая деятельность»	5	0	3	2	Концерт, мероприятие
4.1	«Наш танец»	2	-	1	1	Пед.наблюдение
4.2	«Наш флешмоб»	2	-	1	1	Пед.наблюдение
4.3	«Выступление»	1	0	1	-	Концерт, мероприятие
5.	Раздел 5. «Аттестация, подведение итогов»	2	0	0	2	Пед.наблюдение, Зачёт
5.1	«Закрепление пройденного материала»	1	-	-	1	Пед.наблюдение
5.2	«Подведение итогов»	1	-	-	1	Зачёт
	ИТОГО:	34	3	23	8	

2.3. СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. «Введение» (3 ч.)

Тема 1.1 «Техника безопасного поведения» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

Тема 1.2 «Основы музыкальной грамоты и этикета» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Знакомство с музыкой и её ритмом.

Тема 1.3 «Культура здорового образа жизни» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Разговор о ЗОЖ. Что такое здоровый образ жизни. Основные принципы здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ 2. Раздел 2. «Учебно-тренировочная работа» (11 ч.)

Тема 2.1 «Зал и танцы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Правила ориентации в зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене, к центру, против линии танца.

Тема 2.2 «Танцевальные шаги» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Учащиеся знакомятся с танцевальными шагами.

Промежуточный контроль: Учащиеся индивидуально/в парах сдают танцевальные шаги.

Тема 2.3 «Пластические упражнения» (4 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие:

- 1) Упражнения для рук: последовательное сгибание и разгибание рук, пальцев, вращение кистей, предплечий; отведение рук рывками вверх, вниз, в стороны, вращение всей руки в различных плоскостях.
- 2) Упражнения для шеи: поворот головы в стороны, наклоны головы вперёд, назад, в стороны; смещение головы вперёд, назад, в стороны при неподвижных плечах; вращательные движения.
- 3) Упражнения для плеч: поднимание и опускание, выдвижение вперёд и назад, вращательные движения.

4) Упражнения для корпуса: повороты в стороны, наклоны вперёд, назад, в стороны, смещение верхней части корпуса вперёд, назад, в стороны; волнообразные движения в плечевом и тазобедренном поясе.

5) Упражнения для ног: смещение бёдер вперёд, в стороны при неподвижной верхней части корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные пластические упражнения.

Тема 2.4 «Пластика рук в движении с предметом» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Учащиеся знакомятся с танцевальными движениями с предметом и разучивают связку под музыку.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают связку под музыку.

Тема 2.5 «Коллективно-порядковые и ритмические упражнения» (4 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Вход в зал танцевальным шагом.

Положение рук: - руки свободно опущены, руки на талии, руки на платье, руки за спину. Построение, перестроение и передвижение в танцевальном зале в различных направлениях: - по линии,- по кругу и в круг,- по квадратам,- по диагоналям. Хлопки ладонями, соблюдая ритмический рисунок на музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4 , акцентируя различные доли такта. Сочетание ритмических хлопков с различными видами шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают упражнения под музыку.

РАЗДЕЛ 3.«Репертуар» (10 ч.)

Тема 3.1 «Разучивание танца» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.2 «Разучивание танца» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.3 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.4 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

РАЗДЕЛ 4. «Танцевально-творческая деятельность» (2 ч.)

Тема 4.1 «Подготовка к мероприятию воспитательной системы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся репетируют номер на выступление.

Тема 4.2 «Участие в мероприятиях воспитательной системы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся выступают на мероприятии.

РАЗДЕЛ 5. «Аттестация, подведение итогов» (2 ч.)

5.1 «Закрепление пройденного материала» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные флешмобы.

5.2 «Подведение итогов» (1 ч.)

Наименование видов занятия: итоговый контроль.

Итоговый контроль: Учащиеся сдают выученные танцы.

2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

4 класс

№	Наименование разделов	Всего ак.час.	Теория	Практика	Промежут. и итог.контр оль	Форма контроля
----------	------------------------------	----------------------	---------------	-----------------	---------------------------------------	-----------------------

1.	«Введение в программу»	3	3	0	0	-
2.	«Учебно-тренировочная работа»	14	0	10	4	Пед.наблюдение
3.	«Репертуар»	10	0	10	0	-
4.	«Танцевально-творческая деятельность»	5	0	3	2	Концерт, мероприятие
5.	«Аттестация, подведение итогов»	2	0	0	2	Пед.наблюдение, Зачёт
ИТОГО:		34	3	23	8	

2.2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование модулей	Всего ак. час.	В том числе			Дата проведения
			Лекции	практические занятия	Промежут. и итог. Контроль	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Раздел 1. «Введение в программу»	3	3	0	0	-
1.1	«Техника безопасного поведения»	1	1	-	-	-
1.2	«Основы музыкальной грамоты и этикета»	1	1	-	-	-
1.3	«Культура здорового образа жизни»	1	1	-	-	-
2.	Раздел 2. «Учебно-тренировочная работа»	14	0	10	4	Пед.наблюдение
2.1	«Зал и танцы»	1	-	1	-	-
2.2	«Танцевальные шаги»	4	-	3	1	Пед.наблюдение
2.3	«Пластические упражнения»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
2.4	«Пластика рук в движении с предметом»	3	-	2	1	Пед.наблюдение
2.5	«Коллективно-порядковые и ритмические упражнения»	3	-	2	1	Пед.наблюдение

3.	Раздел 3. «Репертуар»	10	0	10	0	-
3.1	Разучивание танца	3	-	3	-	-
3.2	Разучивание танца	3	-	3	-	-
3.3	Разучивание флешмоба	2	-	2	-	-
3.4	Разучивание флешмоба	2	-	2	-	-
4	Раздел 4. «Танцевально- творческая деятельность»	5	0	3	2	Концерт, мероприятие
4.1	«Наш танец»	2	-	1	1	Пед.наблюдение
4.2	«Наш флешмоб»	2	-	1	1	Пед.наблюдение
4.3	«Выступление»	1	0	1	-	Концерт, мероприятие
5.	Раздел 5. «Аттестация, подведение итогов»	2	0	0	2	Пед.наблюдение, Зачёт
5.1	«Закрепление пройденного материала»	1	-	-	1	Пед.наблюдение
5.2	«Подведение итогов»	1	-	-	1	Зачёт
	ИТОГО:	34	3	23	8	

2.3. СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. «Введение» (3 ч.)

Тема 1.1 «Техника безопасного поведения» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

Тема 1.2 «Основы музыкальной грамоты и этикета» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Знакомство с музыкой и её ритмом.

Тема 1.3 «Культура здорового образа жизни» (1 ч.)

Наименование видов занятия: беседа.

Теоретическое занятие: Разговор о ЗОЖ. Что такое здоровый образ жизни. Основные принципы здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ 2. Раздел 2. «Учебно-тренировочная работа» (11 ч.)

Тема 2.1 «Зал и танцы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Правила ориентации в зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене, к центру, против линии танца.

Тема 2.2 «Танцевальные шаги» (4 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Учащиеся знакомятся с танцевальными шагами.

Промежуточный контроль: Учащиеся индивидуально/в парах сдают танцевальные шаги.

Тема 2.3 «Пластические упражнения» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие:

- 1) Упражнения для рук: последовательное сгибание и разгибание рук, пальцев, вращение кистей, предплечий; отведение рук рывками вверх, вниз, в стороны, вращение всей руки в различных плоскостях.
- 2) Упражнения для шеи: поворот головы в стороны, наклоны головы вперёд, назад, в стороны; смещение головы вперёд, назад, в стороны при неподвижных плечах; вращательные движения.
- 3) Упражнения для плеч: поднимание и опускание, выдвижение вперёд и назад, вращательные движения.
- 4) Упражнения для корпуса: повороты в стороны, наклоны вперёд, назад, в стороны, смещение верхней части корпуса вперёд, назад, в стороны; волнообразные движения в плечевом и тазобедренном поясе.
- 5) Упражнения для ног: смещение бёдер вперёд, в стороны при неподвижной верхней части корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные пластические упражнения.

Тема 2.4 «Пластика рук в движении с предметом» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Учащиеся знакомятся с танцевальными движениями с предметом и разучивают связку под музыку.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают связку под музыку.

Тема 2.5 «Коллективно-порядковые и ритмические упражнения» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие, промежуточный контроль.

Практическое занятие: Вход в зал танцевальным шагом.

Положение рук: - руки свободно опущены, руки на талии, руки на платье, руки за спину. Построение, перестроение и передвижение в танцевальном зале в различных направлениях: - по линии,- по кругу и в круг,- по квадратам,- по диагоналям. Хлопки ладонями, соблюдая ритмический рисунок на музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4 , акцентируя различные доли такта. Сочетание ритмических хлопков с различными видами шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают упражнения под музыку.

РАЗДЕЛ 3. «Репертуар» (10 ч.)

Тема 3.1 «Разучивание танца» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.2 «Разучивание танца» (3 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание современного танца под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.3 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

Тема 3.4 «Разучивание флешмоба» (2 ч.)

Наименование видов занятия: практическое занятие.

Практическое занятие: Разучивание флешмоба под счёт, а затем под музыку.

РАЗДЕЛ 4. «Танцевально-творческая деятельность» (2 ч.)

Тема 4.1 «Подготовка к мероприятию воспитательной системы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся репетируют номер на выступление.

Тема 4.2 «Участие в мероприятиях воспитательной системы» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся выступают на мероприятии.

РАЗДЕЛ 5. «Аттестация, подведение итогов» (2 ч.)

5.1 «Закрепление пройденного материала» (1 ч.)

Наименование видов занятия: промежуточный контроль.

Промежуточный контроль: Учащиеся сдают выученные флешмобы.

5.2 «Подведение итогов» (1 ч.)

Наименование видов занятия: итоговый контроль.

Итоговый контроль: Учащиеся сдают выученные танцы.

III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (организационно-педагогические)