

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 53
ИМЕНИ 96 ТАНКОВОЙ БРИГАДЫ ЧЕЛЯБИНСКОГО КОМСОМОЛА Г. ЧЕЛЯБИНСКА»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Современные ритмы»

(направление: общекультурное)

Возрастная категория учащихся: 7-11 лет

Срок реализации: 4 года

Г. ЧЕЛЯБИНСК

ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СОВРЕМЕННЫЕ РИТМЫ». 1 - 4 КЛАСС

1. Результат освоения курса внеурочной деятельности

1.1. Личностные результаты:

- положительное отношение к занятиям музыкально-двигательной активности;
- накопление необходимых знаний в области хореографии;
- умение использовать ценности танцевальной культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей;
- достижение лично значимых результатов в музыкальном и физическом совершенстве;
- раскрытие и реализация творческих способностей учащихся через ритмику, пластику.

1.2. Метапредметные результаты.

Регулятивные УУД:

- планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;
- умение различать способ и результат действия;
- умение удерживать творческую дисциплину на занятии и осуществлять саморегуляцию своих действий (самоконтроль);
- развитие двигательной активности и памяти учащихся через пластические образы, движения, жесты.

Познавательные УУД:

- формирование учебно-познавательного интереса к творческой деятельности и решению новых творческих задач через ритмику, пластику, движение;
- формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой;
- умение применять полученные знания, умения, навыки в практической деятельности для решения конкретных задач;
- владение умением развития двигательной активности, памяти, моторики рук и ног, координации движений.

Коммуникативные УУД:

- умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- развитие коммуникабельности в работе с партнером и коллективом;
- умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение контролировать свои действия и действия своего партнера;
- умение управлять своими эмоциями на протяжении занятия.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм её организации и видов деятельности

1 класс

Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Инструктаж по ТБ. Что такое ритмика. Элементы музыкальной грамоты. Понятие о звуке. Характер музыки, динамические оттенки, темп. Музыкально-ритмические упражнения. Приветствие. Постановка корпуса. Формирование правильной осанки. Построение и перестроение. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Ритмические рисунки в движении. Виды шага, бега, прыжков. Изучение позиций рук, ног. Разучивание упражнений на расслабление мышц. Партерная гимнастика. Постановка гимнастической композиции с предметами. Творческая презентация.

Формы организации: индивидуально-групповая, занятия с элементами игры, творческая презентация.

Виды деятельности: подвижные игры, исполнение танцевальных этюдов, постановка гимнастических композиций.

Танцевальная азбука

Элементы классического танца (экзерсисы у станка и на середине: demi и grand plie battement tendu и battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu и battement soutenu, battement frappe, rond de jambe en l'air, petit battement sur le cou-de-pied, releve lent и battement debeloppe, grand battement jete). Знакомство с элементами народно-сценического танца (позиции ног, позиции и положения рук, положения рук в групповых танцах - "Круг", "Звездочка", "Карусель", обращение с платочком (жен.), наиболее характерные положения рук у юношей, простые дроби. Русский народный танец "Хоровод".

Формы организации: индивидуально-групповая, беседа о танцевальных направлениях, постановка художественного номера.

Виды деятельности: танцевальные зарисовки по теме, презентация, подвижные игры, творческая презентация коллективной работы.

Танец

Элементы хип-хоп танца, современного танца (контемпорари). Понятие танец. Виды бального танца. Вальс. Греческий танец «Сиртаки». Стиль "Диско". Танец "Летка - Енька". Танец «Я, ты, он, она – вместе – целая страна». Творческая встреча с хореографом Образцового коллектива степ - студии "Колорит" Н. А. Батрак.

Формы организации: индивидуально-групповая, познавательная беседа о направлениях в хореографии, встреча с интересными людьми, подготовка танцевальных номеров.

Виды деятельности: знакомство с руководителем степ - коллектива, разучивание и исполнение танцевальных номеров, представление творческих работ по современному направлению.

Творческая деятельность

Этюдная работа. Пантомима. Современная хореография, эстрадный танец и его особенности. Этюд «Репка». Эстрадный танец "Джаз", "Джаз - модерн". Основные элементы рук, ног, корпуса тела. Постановка эстрадного танца. Творческая презентация "1 год вместе!".

Формы организации: индивидуально-групповая, творческая презентация, беседы об эстрадном танце, праздник.

Виды деятельности: постановка мини - спектакля, подвижные игры, разучивание и исполнение готовых танцевальных номеров, изготовление необходимого реквизита для танцев (волшебные палочки, бумажные цветы и т.д.) подготовка итоговой творческой презентации.

2 класс

Танцевальная грамота. Уроки повторения и закрепления

Вводный инструктаж по ТБ. Ритмика, танец. Прослушивание и просмотр записей фрагментов занятий ритмикой, творческих концертов. Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). «Прохлопывание» ритмического рисунка. «Музыкальный размер» 2/4, 4/4. «Музыкальная фраза», длительность в музыке и танце. Разминка. Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Ориентация в танцевальном зале: центр, диагонали. Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха. Танцевальная зарядка «Бур».

Формы организации: индивидуально-групповая, познавательная беседа, танцевальная разминка.

Виды деятельности: игра – миниатюра, танцевальный этюд, разучивание и исполнение танцевальных элементов.

Танцевальная азбука

Координация движений. Ходьба с координацией рук, ног. «История развития танца». Основные направления. Групповой танец. Основные правила. Игры под музыку. Ритмические комбинации. Ходьба, танцевальный прыжок и бег с остановкой на пятках, на носках. Положение стопы и подъема, движение кисти. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. Упражнения на выстукивание. Дробь. Постановка танцевального этюда.

Формы организации: индивидуально-групповая, занятия с элементами танцевальной игры, творческая презентация.

Виды деятельности: разучивание танцевальных экзерсисов, исполнение выученных поз и движений, исполнение танцевального этюда.

Танец

«Народный танец». Элементы народного танца. Позиции рук и ног в народном танце. Уличная хип - хоп культура. Изучение танца: «Ромашка». Завязка. Парный танец. Правила поведения в паре. Позиции в паре. «Бальный танец». Позиции рук и ног в бальном танце. Основные шаги. Элементы бального танца «Твист». Элементы бального танца «Румба». Элементы бального танца «Самба». Современный танец «Джайв». Уличная хип - хоп культура. Положения рук, ног, корпуса и головы.

Формы организации: индивидуально-групповая, познавательная беседа, подготовка танцевальных номеров.

Виды деятельности: постановка и разучивание танца, исполнение готовых танцевальных элементов, презентации, игры – миниатюры.

Творческая деятельность

Повторение позиций рук, ног, корпуса. Полувыворотные позиции ног. Основные правила. Ходьба с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. Отработка ритмико-гимнастических упражнений. Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног. Выразительные средства музыки и танца. Настроение в музыке и танце. Характер исполнения. Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха. Правила танцевального этикета. Этюдная работа. Ориентация в танцевальном зале. Импровизация на заданную тему.

Формы организации: индивидуально-групповая, познавательная беседа, творческая презентация.

Виды деятельности: разучивание и исполнение готовых танцевальных номеров, танцевальные зарисовки по теме, изготовление необходимого реквизита (ленты, бумажные полотна и т.д.).

3 класс

Танцевальная грамота. Комбинации. Музыкальный размер.

Вводный инструктаж по ТБ. Повторение основных танцевальных правил. Приветствие (поклон). «Прохлопывание» ритмического рисунка. Танцевальные комбинации. «Музыкальный размер» 2/4, 4/4, 3/4. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце. Постановка корпуса. Перестроение из линии в круг, из колонны в диагональ, из круга в полукруг. Упражнения для мышц плечевого пояса, живота, спины, бёдер. Повороты и наклоны корпуса. Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.

Формы организации: индивидуально-групповая, занятия с элементами игры, творческая презентация.

Виды деятельности: подвижные игры, исполнение танцевальных этюдов, постановка гимнастических композиций и зарисовок.

Танцевальная азбука

Прямые позиции ног (I, II, III, IV). Основные правила. Позиции рук (I, II, III). Координация движений. Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом. Упражнения на координацию движений. «Три «кита» в танце и музыке. Понятие «марш». Ритмический счёт. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. Ходьба с ускорением и замедлением темпа. Повторение, самостоятельный показ позиций рук, ног, корпуса. Ритмико-гимнастические упражнения. Ритмические игры. Танцевальные этюды.

Формы организации: индивидуально-групповая, этюдная работа, познавательная беседа-диалог, подготовка к презентации.

Виды деятельности: подвижные игры, разучивание и исполнение танцевальной базы в положении рук и ног, активное слушание, творческие зарисовки, выступления.

Знакомство с миром танца

Эстрадный танец. Подскоки, «Диско-ход». Приставной шаг, «пружинка». Эстрадный танец: «Моя Россия». Завязка. Тренировочные упражнения. Ритмическая комбинация «Ладочки» (в парах). Танцы современных ритмов. Парный танец «Раз ладошка, два ладошка – я с ребятами дружу». Построения «линии», «угол», «шахматы», «круг». Историко-бытовой танец «Полонез». Основные позиции рук и ног в танце. Основной шаг в «Полонезе». Русский народный танец «Кадриль». Положение рук, ног. Постановка корпуса тела. Основные элементы танца. Современная культура в танце. Стиль уличного танца «Contemporary». Постановка корпуса, головы, позиции рук и ног. Основные элементы индивидуального и группового исполнения.

Формы организации: индивидуально-групповая, танцевальное представление, познавательная беседа, творческая презентация.

Виды деятельности: разучивание и исполнение танцевальных элементов и номеров, танцевальные зарисовки, изготовление необходимого реквизита и элементов для исполнения танцев (волшебные палочки, диско – пластинки и т.д.).

Творческая деятельность

Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха. Танцевальные этюды (индивидуальные, групповые) по направлению выбранной хореографии. Танцевальная зарисовка «Фиксипелки». Постановка корпуса, позиций рук и ног. Танцевальный этюд «Пластилин». Отработка движений индивидуально, в парах, в группе. Постановка корпуса, позиций рук и ног. Итоговый концерт «Лучики надежды». Подведение итогов учебного года «Вдохновленные ритмами танца».

Формы организации: индивидуально-групповая, познавательная беседа, этюдное представление, праздничный концерт.

Виды деятельности: разучивание и исполнение танцевальных элементов и готовых номеров, изготовление необходимых декораций для праздника, изготовление реквизита и костюмов, подвижные игры, танцевальные зарисовки по теме.

4 класс

Танцевальная грамота

Инструктаж по ТБ. Что такое «ритмика», «танец» (повторение). Основные танцевальные правила. «Музыкальный размер» 2/4, 4/4, 3/4. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце. Разминка «Моторчики». Постановка корпуса. Построение и перестроение. Упражнения для мышц плечевого пояса, живота, спины, бёдер. Повороты и наклоны корпуса. Ориентация в танцевальном зале. Танцевальные игры. Синхронность и координация движений. Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом. Танцевальная разминка «Влево, вправо, поворот, мы танцуем вместе».

Формы организации: индивидуально-групповая, познавательная беседа, танцевальная разминка.

Виды деятельности: игра – миниатюра, танцевальный этюд, разучивание и исполнение танцевальных элементов.

Танцевальная азбука

Элементы классического танца. Элементы народно-сценического танца. Элементы русского народного танца. Творческая презентация коллективной работы по пройденному материалу. Ходьба, танцевальный прыжок и бег с остановкой на пятках, на носках. Исполнение танцевального этюда в парах и групповое исполнение. Постановка танцевального этюда.

Формы организации: индивидуально-групповая, занятия с элементами танцевальной игры, творческая презентация.

Виды деятельности: разучивание танцевальных экзерсисов, исполнение танцевального этюда, исполнение выученных поз и движений.

Танец

Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. Танцевальные основы в паре. Закрытое положение. «Фигурный вальс». Вальсовый поворот. Отработка танца, самостоятельное исполнение. Повтор и отработка элементов эстрадного танца. Элементы эстрадного танца. Эстрадный танец «Стиляги». Постановка тела. Основные элементы танца.

Формы организации: индивидуально-групповая, танцевальное представление, познавательная беседа, творческая презентация.

Виды деятельности: разучивание и исполнение танцевальных элементов и номеров, танцевальные зарисовки, изготовление необходимого реквизита и элементов для исполнения танцев (бумажные галстуки и бабочки, разноцветное боа, шляпки и т.д.).

Творческая деятельность

Танцевальные игры. Танцевальные этюды (индивидуальные, групповые). Танцевальная зарисовка «Мы звездочки». Постановка танцевального этюда «Диско- пластинка играет для нас». Подведение итогов учебного года «Вдохновленные ритмами танца». Подготовка к итоговому концерту «Мы настоящие танцоры». Отработка движений индивидуально, в парах, в группе.

Формы организации: индивидуально-групповая, творческое представление, концерт, познавательная беседа.

Виды деятельности: разучивание и исполнение танцевальных элементов и готовых номеров, изготовление необходимых декораций для концерта, изготовление реквизита и костюмов, подвижные игры, танцевальные этюды и зарисовки по теме, церемония награждения.

3. Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Ритмика, элементы музыкальной грамоты (18 часов)		
1.	Инструктаж по ТБ. Введение. Что такое ритмика	1
2.	Элементы музыкальной грамоты. Понятие о звуке. Характер музыки, динамические оттенки, темп	1
3.	Музыкально – ритмические упражнения	1
4.	Построение и перестроение	1
5.	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы	1
6-7.	Ритмические рисунки в движении	2
8.	Виды шага, бега, прыжков	1
9-10.	Изучение позиций рук, ног	2
11.	Разучивание упражнений на расслабление мышц	1
12-13.	Партерная гимнастика	2
14-17.	Постановка гимнастической композиции с предметами	4
18.	Творческая презентация	1
Танцевальная азбука (13 часов)		
19-21.	Знакомство с элементами классического танца	3
22-25.	Знакомство с элементами народно-сценического танца	4
26-30.	Постановка русского народного танца - хоровод	5
31.	Творческая презентация коллективной работы	1
Танец (19 часов)		
32-34.	Знакомство с элементами хип-хоп танца, современного танца (contemporary)	3
35.	Представление творческих работ по современному направлению	1
36.	Понятие танец. Виды бального танца	1
37-38.	Понятие вальс.	2
39-40.	Знакомство с греческим танцем «Сиртаки»	2
41-43.	Изучение стиля «Диско»	3
44.	Знакомство с танцем «Летка – Енька»	1
45-49.	Постановка танца «Я, ты, он, она – вместе – целая страна»	5
50.	Творческая встреча с хореографом Образцового коллектива степ - студии «Колорит» Н. А. Батрак	1

Творческая деятельность (16 часов)		
51-55.	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Замри», игровая ситуация «Прогулка», игра «Я - ветерок»	5
56.	Этюд «Репка»	1
57.	Современная хореография, эстрадный танец и ее особенности	1
58-59.	Эстрадный танец «Джаз», «Джаз – модерн».	2
60-65.	Постановка эстрадного танца	6
66.	Творческая презентация «1 год вместе!»	1
	ИТОГО:	66

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Танцевальная грамота. Уроки повторения и закрепления (17 часов)		
1.	Вводный инструктаж по ТБ. Повторение основных понятий «ритмика», «танец»	1
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). «Прохлопывание» ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие темпа и ритма	1
3.	Понятие «Музыкальный размер». «Музыкальная фраза», длительность в музыке и танце	1
4-6.	Разучивание разминки. Построение в линию, колонну, круг, диагональ, «шахматная» диагональ	3
7.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	1
8-9.	Ориентация в танцевальном зале: центр, диагонали. Построение лицом в круг, из круга. Построение и перестроение в танцевальном зале	2
10-12.	Ориентация в танцевальном зале. Зритель, Исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс	3
13-14.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2
15.	Танцевальная зарядка «Буратино»	1
16-17.	Прямые позиции ног (I, II, III, IV). Исполнение ритмических рисунков по позициям	2
Танцевальная азбука (15 часов)		
18-19.	Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног	2
20.	«История развития танца». Основные направления в танце	1
21-24.	Групповой танец. Изучения группового танца «Неразлучные друзья». Завязка	4
25-26.	Игры под музыку. Ритмические комбинации «Гуси», «Колесо», «Круг, квадрат», «Расческа», «Плясовая», «Яблочко», «Солнышко и лучики»	2
27.	Ходьба, танцевальный прыжок и бег с остановкой на пятках, на носках	1
28.	Положение стопы и подъёма, движение кисти	1
29.	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег	1
30-32.	Упражнения на выстукивание. Дробь. Простукивание ритма мелодии. Постановка танцевального этюда	3
Танец (20 часов)		
33-34.	«Народный танец». Позиции рук и ног в народном танце	2
35.	Элементы народного танца. «Верёвочка», «Качалочка»	1
36.	Элементы народного танца. «Ковырялочка». «Голубцы»	1
37-38.	Изучение танца «Ромашка». Завязка.	2
39-40.	Парный танец. Правила поведения в паре. Позиции в паре	2
41-42.	Парный танец. Изучение танца «Полька». Завязка. Развитие действия. Кульминация. Финал	2

43-44.	«Бальный танец». Позиции рук и ног в бальном танце. Основные шаги	2
45.	Элементы бального танца «Румба». Основные шаги, движения и повороты тела. Работа с партнером	1
46.	Элементы бального танца «Твист». Основные шаги, движения и повороты тела. Работа с партнером	1
47.	Элементы бального танца «Самба». Основные шаги, движения и повороты тела. Работа с партнером	1
48-50.	Современный танец «Джайв». История происхождения. Основные приемы танца, положение рук и ног. Постановка танцевального этюда «Джайв и Я»	3
51-52.	Элементы уличной хип-хоп культуры. Положения рук, ног, корпуса и головы. Показ танцевальной зарисовки по хип-хопу	2
Творческая деятельность (16 часов)		
53.	Повторение позиций рук, ног, корпуса	1
54.	Полувыворотные позиции ног. Основные правила	1
55.	Ходьба с ускорением и замедлением темпа	1
56.	Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками	1
57-58.	Отработка ритмико-гимнастических упражнений	2
59-60.	Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног	2
61.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения	1
62.	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы	1
63.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха. Игровая деятельность, выполнение тренировочных упражнений	1
64.	Правила танцевального этикета	1
65-66.	Этюдная работа. Этюды для рук «Снег кружится», «Сосулька плачет», «Солнышко встает», «Бабочки», «Я рисую этот мир!»	2
67.	Ориентация в танцевальном зале (повторение). Центр, диагонали, периметр	1
68.	Импровизация на заданную тему	1
	ИТОГО:	68

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Танцевальная грамота. Комбинации. Музыкальный размер (12 часов)		
1.	Вводный инструктаж по ТБ. Повторение основных танцевальных правил. Приветствие (поклон). «Прохлопывание» ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие темпа и ритма	1
2.	Понятие «музыкальный размер». Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце	1
3-4.	Разучивание разминки. Постановка корпуса	2
5.	Перестроение из линии в круг, из колонны в диагональ, из круга в полукруг. Построение и перестроение в танцевальном зале. Игра «Калейдоскоп фигур»	1
6-7.	Упражнения для мышц плечевого пояса, живота, спины, бёдер. Повороты и наклоны корпуса	2
8-9.	Ориентация в танцевальном зале: центр, изучение 8-ми танцевальных точек. Зритель, Исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс (открытое, закрытое положения, положение анфас)	2
10.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	1
11-12.	Танцевальные комбинации и пластические зарисовки. Игры «Ниточка тянется», «Пластилиновая кукла», «Разноцветные ладошки»	2
Танцевальная азбука (18 часов)		

13.	Прямые позиции ног (I, II, III, IV). Основные правила. Позиции рук (I, II, III). Основные правила	1
14-15.	Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом	2
16-17.	Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног	2
18-19.	Три «кита» в танце и музыке. Понятие «марш». Ритмический счёт	2
20-22.	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. Ходьба с ускорением и замедлением темпа	3
23-26.	Отработка ритмико-гимнастических упражнений	4
27-29.	Ритмические игры – «Душой наполненный полёт», «Моя Фантазия». Выполнение танцевальных этюдов «Вдохновение»	3
30.	Повторение, самостоятельный показ позиций рук, ног, корпуса	1
Знакомство с миром танца (20 часов)		
31-32.	Элементы эстрадного танца. Подскоки, «Диско-ход». Элементы эстрадного танца. Приставной шаг, «пружинка»	2
33-36.	Групповой эстрадный танец: «Моя Россия». Завязка	4
37-38.	Ритмическая комбинация «Ладочки»	2
39-41.	Знакомство с танцами современных ритмов. Парный танец «Раз ладошка, два ладошка – я с ребятами дружу». Повторение и отработка построения «линии», «угол», «шахматы», «круг»	3
42-43.	Знакомство с историко-бытовым танцем. «Полонез». Разучивание основных позиций рук и ног в танце. Основной шаг в «Полонезе»	2
44-46.	Знакомство с русским народным танцем «Кадриль». Положение рук, ног. Постановка корпуса тела. Разучивание основных элементов танца	3
47-50.	Современная культура в танце. Стиль уличного танца «Contemporari». Постановка корпуса, головы, позиции рук и ног. Основные элементы индивидуального и группового исполнения	4
Творческая деятельность (18 часов)		
51-52.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2
53-55.	Танцевальные этюды (индивидуальные, групповые) по направлению выбранной хореографии	3
56-59.	Постановка танцевальной зарисовки «Фиксипелки»	4
60-62.	Постановка танцевального этюда «Пластилин»	3
63-67.	Подготовка к итоговому концерту «Лучики надежды». Повторение и отработка изученных танцев	5
68.	Подведение итогов учебного года «Вдохновленные ритмами танца»	1
	ИТОГО:	68

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Танцевальная грамота (15 часов)		
1.	Инструктаж по ТБ. Что такое «ритмика», «танец» (повторение). Основные танцевальные правила	1
2-3.	Понятие «музыкальный размер». Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце	2
4-5.	Разучивание разминки «Моторчики». Постановка корпуса	2
6.	Построение и перестроение (из линии в круг, из колонны в диагональ, из круга в полукруг)	1
7.	Упражнения для мышц плечевого пояса, живота, спины, бёдер. Повороты и наклоны корпуса	1
8.	Ориентация в танцевальном зале: центр, изучение 8-ми танцевальных точек с последующим танцевальным движением по линиям. Построение	1

	и перестроение в танцевальном зале	
9-10.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха «Колокольчики», «Волшебная палочка», «Ты звезда»	2
11.	Синхронность и координация движений. Повторение прямых позиции ног (I, II, III, IV)	1
12.	Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом	1
13-15.	Разучивание танцевальной разминки «Влево, вправо, поворот, мы танцуем вместе»	3
Танцевальная азбука (16 часов)		
16-17.	Повторение и закрепление элементов классического танца	2
18-20.	Повторение и закрепление элементов народно-сценического танца	3
21-24.	Повторение и закрепление элементов русского народного танца	4
25.	Творческая презентация коллективной работы по пройденному материалу	1
26-27.	Ходьба, танцевальный прыжок и бег с остановкой на пятках, на носках. Положение стопы и подъёма, движение кисти	2
28-29.	Постановка танцевального этюда	2
30-31.	Исполнение танцевального этюда в парах и групповое исполнение	2
Танец (20 часов)		
32.	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. Беседа «История бального танца»	1
33-35.	Изучение танцевальных основ в паре. Закрытое положение	3
36.	Разучивание движений «Фигурного вальса»: основы	1
37.	Разучивание движений «Фигурного вальса». Вальсовый поворот	1
38.	Балансе по одному	1
39.	Разучивание движений «Фигурного вальса» «Дорожка». «Лодочка». «Окошечко»	1
40.	Поворот партнёрши под рукой. Раскрытие. «Встреча». Отработка танца, самостоятельное исполнение	1
41.	Повтор и отработка элементов эстрадного танца	1
42.	Элементы эстрадного танца: «Подскоки, «Диско-ход»	1
43-44.	Элементы эстрадного танца: приставной шаг, «пружинка», перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу	2
45.	Танцевальные движения в образах	1
46.	Поворот в паре, «Мельница»	1
47-51.	Разучивание эстрадного танца «Стиляги». Разучивание позиций рук, ног. Постановка тела. Основные элементы танца. Выполнение тренировочных упражнений, копирование движений, разучивание танца, самостоятельное исполнение	5
Творческая деятельность (17 часов)		
52.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	1
53-54.	Танцевальные этюды (индивидуальные, групповые) по направлению выбранной хореографии	2
55-59.	Постановка танцевальной зарисовки «Мы звездочки». Разучивание основных элементов танца. Постановка корпуса, позиций рук и ног	5
60-62.	Постановка танцевального этюда «Диско-пластинка играет для нас». Отработка движений индивидуально, в парах, в группе. Постановка корпуса, позиций рук и ног	3
63-67.	Подготовка к итоговому концерту «Мы настоящие танцоры». Повторение и отработка изученных танцев	5
68.	Подведение итогов учебного года «Вдохновленные ритмами танца»	1
	ИТОГО:	68