МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №18» ГОРОДА ЧЕБОКСАРЫ
ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

г. Чебоксары, ул. Энтузиастов, д. 20,
тел. (8352) 31-15-77, (8352) 31-11-25
cheb-school18@rchuv.ru

Согласовано
Заместитель директора
МБОУ «СОШ №18» г. Чебоксары
_____А.Г. Юнкерова
31.08.2026 г.

Утверждено
Приказом директора МБОУ «СОШ №18» г. Чебоксары
№О-166 от 31.08.2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сведения о сертификате ЭП
Сертификат **00832a3e4d25eebc96b4295b940c3efcec**
Владелец **Кузьмин Валерий Алексеевич**
Действителен **с11.09.2026 по 05.12.2027**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «РИТМИКА»

1-4 класс

Уровень программы: *стартовый*
Срок реализации программы: *4 года*

Возрастная категория: *от 7 до 12 лет*
Состав группы: *до 30 человек*
Форма обучения: *очная*

Возраст обучающихся: 7-11 лет
Автор-составитель: педагог допобразования
Громова Инга Рафаэлевна

Чебоксары 2026

Рабочая программа «Ритмика» для младших школьников разработана в соответствии с требованиями Федерального Государственного Образовательного Стандарта начального общего образования второго поколения. ***«Программа актуализирована в соответствии с Порядком, утверждённым приказом Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629».***

Кружок «Ритмика» предназначена для организации внеурочной деятельности в 1-4 классах, направлена на формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию, мотивации к обучению и познанию, ценностного отношения к знанию.

Развитие познавательных процессов необходимо в любом возрасте, но оптимальным является младший школьный возраст. Возможность ученика «переносить» учебное умение, сформированное на конкретном материале какого-либо предмета на более широкую область может быть использована при изучении других предметов. Развитие ученика происходит только в процессе деятельности, причем, чем активнее деятельность, тем быстрее развитие. Поэтому обучение должно строиться с позиций деятельностного подхода.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что она предполагает формирование у обучающихся основ умения учиться и способности к организации своей деятельности – умение принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе. При реализации данной программы создаются условия для становления таких личностных характеристик выпускника начальной школы, как любознательный, активно и заинтересованно познающий мир; владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности; готовый самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и обществом; доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать свое мнение.

Содержание кружка максимально приспособлено к запросам и потребностям обучающихся, обеспечивает психологический комфорт, дающий шанс каждому открыть себя как индивидуальность, как личность. В рамках реализации данной программы обучающимся предоставляются возможности творческого развития по интересам.

Основные направления и содержание деятельности:

Программа составлена для учащихся 1-4 классов, имеет вариативный характер, построена по принципу постепенного усложнения материала, тесно связанного с программой следующего года обучения. В программу ритмики включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 7-11 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Основная форма работы – занятие (40 минут)– 1 раз в неделю.

Этапы реализации программы:

Этапы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрасту учащихся, степени индивидуализации подходов и совпадают с годичными циклами учебно-воспитательного процесса.

Первый этап (1-й и 2-й год обучения, 1-2 класс) — начальный этап познания и освоения ритмики с элементами музыкальных игр, постановок музыкальных сказок. Он заключается в освоении азов ритмики, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков-фигур, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребёнка.

Второй этап (3-й год обучения, 4-й класс) — на этом этапе изучаются дальнейшие основы хореографии с элементами свободной пластики, усложнённых форм танцевальной ритмики, освоение игрового этюдного материала, основ актёрской выразительности, способности к музыкально-танцевальной импровизации.

Методы и приёмы обучения

Методы и приёмы обучения, используемые в хореографической работе со школьниками, можно условно разделить на наглядные, совместные и практические.
Кроме того, в методическом арсенале педагога есть методы с ярко-выраженной психолого-педагогической доминантой, а также более локальные, частные, специфические приёмы, в которых преобладает хореографическая составляющая (постановочные и исполнительские).

1. Результаты освоения.

1 год обучения

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. **Наличие эмоциональноценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.** Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

· **регулятивные**

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

· **познавательные**

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

· **коммуникативные**

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Сформировать следующие умения:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу, с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и, не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

2 год обучения

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты

· **Регулятивные**

- Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

· **познавательные**

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

· **коммуникативные**

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

3 год обучения

Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

· **регулятивные**

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

· **познавательные**

- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

· **коммуникативные**

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;

2.Содержание программы «Ритмика»

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы – развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие разделы:

- Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
- Танцевальная азбука (тренаж).
- Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).
- Беседы по хореографическому искусству.
- Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

- Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

– правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;

– художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 7-11 лет, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

- Раздел «Танцевальная азбука».

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

- Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
-ритмические упражнения
-разучивание танцевальных композиций.

Вначале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- партерная гимнастика;
- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

- Раздел «Беседы по хореографическому искусству».

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его связь с другим видами искусства.

- Раздел «Творческая деятельность».

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я-художник по костюмам» и др.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмо - пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по темам.

Национально-региональный компонент

Чувашские народные игры: Хищник в море (Сёткан кайак тинэсрэ), Журавушка (Тарналла), Лесничий (Варман хуралсилле), Ручейки (Юхан шывсем), Пустая изба (Пуша пуртле), Отгадай имя (Ятне пел), Пекарь (Сакар песерекен), Лошадки (лашасем), Слепой баран (Сукар такалла).

Разучивание Чувашского танца.

3.Тематическое планирование кружка «Ритмика»
1год обучения

№ урока	Тема урока	Общие,	Теория,	Практика,	Итого часов
1.	Вводное занятие. Т.Б. Правила поведения на занятии, в зале, на концертах. Изучение поклона для мальчиков и девочек. Изучение позиций ног: 1, 2, 3. Изучение разминки 1 части. Построение маршировки.				
		40	20	20	1
2.	Повторение поклона. Т.Б. Упражнение на пластику. Положение рук (подготовит. позиция). Повторение разминки. Хлопки на каждую четверть, такт. Беседа «Выразительный язык танца».				
		40	20	20	1
3.	Повторение пройденного. Хлопки, поклон. Изучение «ковырялочки». «Деми-плие» по 1 поз. Разминка, марш. Построение в линию, колонну. Правильное положение корпуса, Этюд «Осень», «По ягоды»’ Ознакомление с размером 2/4.				
		40	15	25	1
4.	Повторение пройденного. Изучение «ковырялочки» в сторону и назад. Галоп в паре. Разминка по диагонали. Хороводные движения. Легкий шаг с носка на пятку.				
		40	10	30	1
5.	Поклон. Изучение вальс. шага. Шаги, присед, подъем на п/пальцы. Танец. Вальс «Знакомство» в парах. Разминка по диагонали. Беседа «О характере в танце».				
		40	15	30	1
6.	Повторение пройденного. Разминка по диагонали. Бег с высоким подниманием ног. Игра. Показать «Лису, кошку, зайца». Присядка в русском характере для мальчиков и девочек. Беседа «О народном танце».				
		40	10	30	1
7.	Поклон. Разминка 1 ч., по диагонали. Изучение вальс, поворота, и покачивания в сторону. Изучение поз. рук (1,2). Игра «Дирижер». Ознакомление с размером 4/4.				
		40	20	20	1

8.	Поклон. Разминка 1 ч., разминка по диагонали. Повторение и закрепление всех изученных движений. Танец «Утята». Изучение понятий: вступление. Музыкально-ритмические движения.				
		40	20	20	1
9.	Повторение пройденного. Разминка. Изучение вальсовых движений. Комбинация «Казачок». Упражнения для плеч, упражнение «Цветок», «Художник-скульптор». Построение в линию, колонну, круг.				
		40	15	25	1
10.	Поклон. Т.Б. Разминка 1 ч. Вальсовое движение. Покачивание. Основные движения польки, подскоки. Изучение прист. шагов. Ознакомление с размером				
		40	15	25	1
11.	Поклон. Разминка. Изучение «моталочки». Разминка по диагонали. Повторение танцев «Утята», вальс «Знакомство».				
		40	15	25	1
12.	Поклон. Разминка 1 ч., по диагонали. Тройные притопы. Удары правой и левой ногой в такт музыки. Прыжки по 6 позиции и на разных ногах. «Гуцульский», «Гопак».				
		40	15	25	1
13.	Поклон. Разминка 1 ч. по диагонали. Изучение вальс, поворота и повторение вальс, дорожки. (в паре и на середине). Изучение подскоков и «моталочки». Изучение танца «Лавата».				
		40	15	25	1
14.	Т.Б. Правила поведения в зале. Поклон. Разминка 1 ч. по диагонали. Танцев, азбука. Танец «Грибов» - 1 ч. Беседа: «Образ в танце». Повторение танца «Лавата». Изучение танца «Лявониха».				
		40	20	20	1
15.	Повторение пройденного. Упражнения на координацию, присядки, полуприседания. Вальсовая дорожка в паре, по отдельности. Изучение «Звездочки». Простая «Новогодняя полька». Изучение «Вместе весело живется» - танц. игра. «Танец грибов» -1ч.				
		40	20	20	1
16.	Поклон. Разминка- 1ч. Разминка по диагонали. Повторение вальс, комбинации. «Танец грибов» -2 ч. Повторение массовых танцев.				
		40	15	25	1
17.	Поклон. Разминка 1 ч. изучение. Разминка по диагонали. Подготовка к турам. «Шаг - поворот - остановка». Повторение танцев.				
		40	15	25	1
18.	Поклон. Разминка 2 ч. по диагонали 2 ч. Подготовка к турам. Вальсовые комбинации. Этюд «Жмурки». «Дед и репка» - ритмический этюд.				
		40	20	20	1
19.	Поклон. Разминка 2 ч., по диагонали. Вальсовые движения. Этюд «Обновки». «Моталочка» - изучение.				

	Присядки, повороты в паре.				
		40	15	25	1
20.	Поклон. Разминка 2 ч. и 1 по диагонали ,1 и 2 ч. Подготовка к турам. «Хоровод». Изучение «Берлинской польки».				
		40	15	25	1
21.	Поклон. Разминка 1 ч,.2 ч. по диагонали 1 и 2 ч. Подготовка к турам. «Деми - плие», «Тандю», по 1 поз. «Ковырялочка», «Моталочка». Вальсовые комбинации. Изучение «Берлинской польки».				
		40	10	30	1
22.	Повторение пройденного. Изучение «Берлинской польки». Изучение фигур: «Ручеек», «Воротца» в различных комбинациях.				
		40	10	30	1
23.	Повторение разминок. Упражнения на ориентировку в пространстве. Бег с вые. подниманием коленей.				
		40	10	30	1
24.	Повторение разминок. Шаг - энергичный, спокойный, легкий. Прыжки на обеих ногах на месте, с продвижением с правой и с левой ноги. Игра «Медведь и дети».				
		40	15	25	1
25.	Т.Б. Правила поведения в зале. Повторение разминок. Вальсовые комбинации. Этюд-вальс «Ровесники». Изучение «Лодочка», «Окошечко». Беседа «Музыкально-хореографический образ».				
		40	10	30	1
26.	Повторение разминок. Вальсовые движения. Этюд «Ровесники». Игровое ритмическое упражнение «Эхо». Повторение «Берлинской польки».				
		40	10	30	1
27.	Повторение разминок, этюда, вальса. Упражнения «Лошадки», «Иди за ведущим». Повторение «Берлинской польки».				
		40	15	30	1
28.	Разминки. Игра на внимание «Сесть-встать». Движения на середине «Цыплята» 1 ч. этюд.				
		40	10	30	1
29.	Разминки. Закрепление танцевальных элементов в этюде «Цыплята». Беседа: «Выразительный язык танца».				
		40	15	25	1
30.	Разминки, упражнения на середине. Постановка 1 ч. танца. Повторение вальсовых движений.				
		40	15	25	1
31.	Разминки, упражнения на середине. Беседа: «Особенности танца», «Роль и характер», «Цыплята»1ч				
		40	10	30	1
32.	Поклон, разминка на середине 1 и 2 ч. по диагонали. Вальсовый этюд. Повторение танца «Цыплята» 1 ч. Постановка 2 ч.				
		40	10	30	1
33.	Т.Б. Правила поведения в зале. Поклон. Разминки. Вальсовый этюд. Повторение танца «Цыплята».				

34.	Репетиция на сцене. Заключительный урок.	40	10	30	1
Итого:		34часа.			

2год обучения.

№ урока	Тема урока	Общие,	Теория,	Практика,	Итого часов
1.	Вводное занятие. Т.Б. Поклон. Разминка. Разминка по диагонали: Галоп, па - польки, простые подскоки, подскоки в повороте. Вальсовые движения. Повторение. Вальсовые движения в паре. Повторение позиций: 1,2,3,5,6				
		40	15	25	1
2.	Поклон. Разминка. Разминка по диагонали. Танцевальная азбука: элементы чувашского танца: гармошка, переход на каблук и нос. Вальсовые движения в паре. Повторение позиций рук и ног.				
		40	15	25	1
3.	Поклон. Разминка. Разминка по диагонали. Вальсовые движения в паре. Вальсовые движения на середине. Элементы чувашского танца: присядка, изучение движения для девочек и мальчиков. Повторение позиций рук и ног.				
		40	10	30	1
4.	Поклон. Разминка. Вальсовые движения на середине, в парах, по 6 позиций. Построение в круг, колонну, линию. Элементы чувашского танца, притопы. Построение из колонны в полукруг, из полукруга в два круга.				
		40	10	30	1
5.	Разминка. Повторение рисунков. Элементы чувашского танца. Белорусские движения, повороты на месте, основные положения рук. Беседа «Особенности славянских танцев».				
		40	15	25	1
6.	Разминка. Повторение позиций рук 1,2,3. Элементы чувашского танца. Белорусские движения. Переходы в паре, на месте.				
		40	10	30	1
7.	Разминка: наклоны, движения плечами. Повторение позиций рук 1,2,3. Элементы чувашского танца. Белорусские движения. Переходы, в паре, подскоки.				

		40	15	25	1
8.	Переводы позиций рук. Элементы чувашского танца. Белорусские движения: в паре, переходы, подскоки, прыжки. Беседа «Характер движений. Костюм».				
		40	15	25	1
9.	Подъем на п/п «релевэ». Элементы чувашского танца с головой. Постановка «Бульба» 1 ч. Выход в парах, положение рук, движения корпуса, головы.				
		40	15	25	1
10.	Шаги: повторение; бег - «цирковой лошадки». Постановка «Бульба» -2 ч. Элементы чувашского танца.				
		40	15	25	1
11.	Полуприседания («деми-плие») 1 поз. Вытягивание ноги на носок 1 поз. Положение рук у девочек и мальчиков. Постановка «Бульба» -3 ч. Элементы чувашского танца.				
		40	15	25	1
12.	Основной ход «Бульбы». Движения корпуса, головы. Повторение пройденного: плие, тандю. Повторение «Бульбы». Элементы чувашского танца.				
		40	15	25	1
13.	Построение в линию, колонну, круг. Чередование, перестроение. Положение рук у мальчиков и девочек. Чувашский танец 1 ч. Этюд «Снежинки». Беседа «Образ в танце».				
		40	10	30	1
14.	Разминка. Повторение пройденого. Присядки для мальчиков. Положение рук у девочек. Рисунки. Чувашский танец 2 ч. Этюд «Снежинки».				
		40	10	30	1
15.	Повторение разминки. Изучение основного шага в паре. Чувашский танец 1 и 2 ч. Повторение. Этюд «Снежинки».				
		40	20	20	1
16.	Повторение разминки. Упражнения на середине. Изучение основного шага в парах. Чувашский танец. Повторение. Этюд «Снежинки».				
		40	15	25	1
17.	Техника безопасности. Правила поведения в зале. Разминка. Беседа «Здоровьесбережение». По диагонали. «Ковырялочка», «Моталочка». Притопы, подскоки «Чунга-чанга». Этюд.				
		40	20	20	1

18.	Разминка. Повторение деми-плие 1,2 поз. Повторение рук у девочек и мальчиков. «Чунга-чанга». Этюд.				
		40	15	25	1
19.	Разминка. Повторение пройденного. Работа над рисунком, дробью. «Чунга-чанга». Этюд.				
		40	15	25	1
20.	Разминка. Движения на координацию. Ритмические рисунки в подвижных темпах. «Чунга-чанга». Этюд.				
		40	15	25	1
21.	Поклон, разминка. Ритмические рисунки. «Ковырялочка» вперед и назад. Ходьба с подушечки. Постановка «Чунга-чанга» - танец. 1 ч.				
		40	20	20	1
22.	Поклон, разминка. Ходьба с носка и на носках. Повторение «деми-плие»; 1,2,3 позиции. «Тандю» - 1,2 поз. Постановка «Чунга- чанга» - танец 2 ч.				
		40	15	25	1
23.	Поклон. Разминка. Изучение. Топающий шаг на всю ступню, пружинистый, широкий. Повторение, закрепление танцев.				
		40	10	30	1
24.	Разминка. Повторение шагов. Изучение ходьбы: энергичная, спокойная, легкая, характер, темп, динамика музыки. Повторение закрепления танцев.				
		40	15	25	1
25.	Разминка. Повторение пройденного. «Игровые упражнения»- «Угадай», «Прогулка». Повторение танцев и этюдов. Беседа «Культура поведения на сцене».				
		40	15	25	1
26.	Гимнастические упражнения. Наклоны корпуса. «Лодочка» - изучение в паре. Положение в паре рук, корпуса. Постановка вальса «Ровесники» 1 ч.				
		40	15	25	1
27.	Разминка, повторение пройденного. «Немецкий танец» - музыка, исполнение выпадов с правой и левой ноги. Постановка простого вальса 1ч.				
		40	15	25	1
28.	Разминка. Пластические упражнения. Приседания. Соч. 33/6 «Немецкий танец». Повторение вальсового движения. Упражнения «Поменяйтесь местами», «Вальс» Шуберта. Соч.9. тетр.2 №11.				
		40	15	25	1
29.	Разминка. Изучение вальсового движения в паре, повороты, в «лодочке», с переходом на круг. Повторение. Этюд вальса. 1ч				
		40	15	25	1
30.	Разминка, повторение пройденного. Этюд вальса 1 ч. «Чунга-чанга». «Чувашский танец».				

		40	15	25	1
31.	Разминка. Т.Б. Правила поведения. Повторение пройденого. Изучение «Па-польки», галоп. Н. Леви «Полька». Знакомство с музыкой.				
		40	15	25	1
32.	Разминка. Изучение «Па-польки», кружение с подскоком. В парах. Мальчики - простые шаги в такт музыке.				
		40	15	25	1
33.	Разминка. Изучение «Па-польки», кружение с подскоком, боковой галоп в парах. Притоп. Этюд «Польки». Изучение: «кружение шагами». Соединение движений. Полька.				
		40	15	25	
34.	Разминка. Повторение польки, танца «Чунга-чанга». Видеоурок (20 мин.), просмотр видеокассет. Заключительный урок в танцевальном коллективе.				
	Итого:	34ч			

3 год обучения

№ урока	Тема урока	Общие, мин.	Теория, мин	Практика, мин	Итого уч. часов
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения в зале. Поклон. Разминка. Разминка по диагонали. Шаги: редкий, простой- Повторение подскоков, «ковырялочки» с притопом. Повторение прошлогодних этюдов и танцев.				
		45	20	25	1
2.	Поклон. Разминка. Разминка по диагонали. Выполнение элементов на середине. Простой шаг, тройной, с вытягиванием ноги, боковой. Изучение переменного шага.				
		45	20	25	1
3.	Поклон. Разминка. Движения русского хоровода. Повторение пройденных элементов. Разучивание русского этюда с разнообразием шагов и поклонов. Мелодия «Как у наших у ворот!».				
		45	15	30	1
4.	Поклон. Разминка. Движение русского хоровода по кругу. Повторение шагов, прокручивание этюда с поклонами. Игра «Ищи вожатого». Музыка «Ах, ты, береза!» (русская народная песня).				
		45	10	35	1
5.	Поклон. Разминка. Музыкально-ритмическое упражнение. Прослушивание мелодии «Гопак». Выход для девочек и мальчиков. Постановка этюда. Изучение положения рук у мальчиков и девочек.				
		45	10	35	1
6.	Поклон. Разминка на середине. Беседа: «О разных национальных, обычаях». Фигура «постановка выхода». Выход девочек по диагонали. Исполнение «ковырялочки» с поворотом. У мальчиков шаги большие, поклон. Закрепление и повторение пройденного.				
		45	20	25	1
7.	Поклон. Разминка на середине. Беседа: «О разных национальных, обычаях». Фигура «постановка выхода». Выход девочек по диагонали. Исполнение «ковырялочки» с поворотом. У мальчиков шаги большие, поклон. Закрепление и повторение пройденного.				

		45	20	25	1
8.	Поклон, Разминка. Упражнение на внимание. Изучение фигур 3. Построение пар из круга на полукруг. Кружение под правые руки. Упражнение игрового характера «Разговор». Повторение фигуры 1, 2, 3.				
		45	20	25	1
9.	Поклон, разминка. Изучение хороводных движений. Изучение фигуры 4. Движения для девочек. Импровизация «На поляне». Повторение и закрепление пройденного.				
		45	20	25	1
10.	Поклон. Разминка. Хороводные движения. Повторение. Повторение фигур 1-4. Отработка движений. Этюд.				
		45	15	30	
11.	Поклон. Разминка. Повторение вальсовой комбинации. Изучение движений рук у мальчиков и девочек. Изучение движения «бегунец». Отработка фигур 1-4.				
		45	10	35	1
12.	Поклон. Т.Б. Правила поведения в зале. Разминка. Упражнения игрового характера «Разговор», «Смущение». Постановка украинского этюда.				
		45	20	25	1
13.	Поклон. Разминка. Упражнения игрового характера «Приглашение». Изучение «Гребеночки», присядки для мальчиков с поворотами на месте по 6 позиции.				
		45	20	25	1
14.	Поклон. Разминка. Повторение вальсовых движений. Изучение «Гребеночки», присядки для мальчиков с поворотом. Этюд «Проходочки вальсовые». Закрепление фигур 1 -4.				
		45	20	25	1
15.	Поклон. Разминка. Повторение вальсовых движений. Изучение «Гребеночки», присядки для мальчиков с поворотом. Этюд «Проходочки вальсовые». Закрепление фигур 1 -4.				
		45	20	25	1
16.	Поклон. Разминка. Вальсовые движения в паре. «Квадрат». Изучение «Веревочки», «Бегунец». Этюд «Вальса».				
		45	15	30	1
17.	Поклон. Разминка. Повторение пройденного материала. Изучение «припадания», переходов. Этюд «Вальса» в парах, и				

	рисунках.				
		45	10	35	1
18.	Поклон. Разминка. Вальсовые движения в паре. Квадрат, треугольник. «Развивание» и «завивание улитки». Этюд «Кадетский вальс». 1 ч.				
		45	10	35	1
19.	Поклон. Разминка. Вальсовые движения в паре; квадрат, треугольник. Работа над движениями. Повторение. Отработка. Этюд «Кадетскйй вальс». 1 ч.				
		45	20	25	1
20	Поклон. Разминка. Повторение «Кадетского вальса» 1 ч. Повторение фигур. 1-4. Беседа: «Об особенностях украинских плясок» (о манере исполнения).				
		45	20	25	1
21.	Поклон. Разминка. Повторение вальсового этюда. Повторение 1 и 2 этюдов , и их соединение. Работа над ошибками в исполнении.				
		45	20	25	1
22	Поклон. Разминка. Повторение украинских комбинаций. Изучение основного шага «Сударушка». Постановка этюда «Кадетский вальс». 2 ч. Беседа: «Манера исполнения вальса».				
		45	20	25	1
23	Поклон. Разминка. Повторение пройденного материала. Изучение основного шага «Сударушка». Движения в паре. Постановка 1 ч. Танца. Повторение «Кадетского вальса».2 ч.				
		45	15	30	1
24	Поклон. Разминка. Повторение основного танца «Сударушка». Повторение и закрепление танца. 1 ч. Работа над ошибками исполнения.				
		45	10	35	1
25	Поклон. Разминка. Повторение вальсовых движений и украинских на середине. Разучивание 2 части танца «Сударушка». Изучение положения рук в паре.				
		45	10	35	1
26	Поклон. Разминка. Повторение вальсовых и украинских движений. Отработка движений. Повторение танца «Сударушка» 1 и 2 ч. Работа над ошибками.				
		45	20	25	1
27	Поклон. Разминка. Изучение танца «Сударушка» с руками. Положение рук во всем танце. Переводы рук у мальчиков и девочек. Закрепление				

	изученного.				
		45	20	25	1
28	Поклон. Разминка. «Импровизация». Беседы. Пластические картины. Этюд «Кикимора и дети».				
		45	20	25	1
30	Поклон. Правила техники безопасности. Правила поведения в зале и обществе. Разминка. Пластические картины. Работа над элементарными сценическими навыками. Этюд «Кикимора». Работа с солисткой над образом.				
		45	20	25	1
31	Поклон. Разминка. Повторение этюда «Кикимора». Постановка танца «Кикимора». 1 ч. Работа над образом каждого.				
		45	10	35	1
32.	Поклон. Разминка. Повторение этюда. Работа над движением «До-за-до». Танец «Кикимора» 1 ч. Отработка движений. Пластическая картинка «У гномов». П. Цильхер. Соч. 106 (стр. 61. «Ритмика» В. Яновская).				
		45	10	35	1
33.	Поклон. Разминка. Повторение танца «Сударушка». Танец «Кикимора». 2 ч. Пластическая картинка «Этюд». А. Гедике. Соч.6 (стр.60. «Ритмика». В. Яновская).				
		45	20	25	1
34.	Поклон. Разминка. Беседа: «Характер в танце». Повторение танца «Кикимора». Работа над ошибками.				
		45	20	25	1
35.	Заключительный урок. Повторение танца «Сударушка». Повторение танца «Кикимора». Повторение «Кадетского вальса».				
		40	5	35	
Итого:		35 часов			

4 год обучения.

№ урока	Тема урока	Общие, мин.	Теория, мин	Практика, мин	Итого уч. часов
1.	Вводное занятие. Правила Т.Б.Разминка по диагонали. Вальсовые комбинации на середине. Повторение прошлогодних этюдов и танцев.				
		45	20	25	1
2.	Поклон. Разминка. Современные движения. «Автостоп»1ч. Изучение.				
		45	20	25	1
3.	Современные движения «Автостоп» 1 ч. Изучение. Беседа: «Особенности танцев народов Европы».				
		45	15	30	1
4.	Современные движения «Автостоп» 2ч. Повторение и закрепление.				
		45	10	35	1
5.	Разминка по кругу. Современные движения «Автостоп» 1 и 2ч. Соединение движений с музыкой. Работа над ошибками.				
		45	10	35	1
6.	Повторение «Автостоп». Изучение «Лимбо». Движение 1ч. Беседа: «Особенности танцев Азии».				
		45	20	25	1
7.	Разминка по кругу. Разминка по диагонали. Изучение «Лимбо» движения 1и 2части. Беседа: «Тесная связь народного танца с музыкой, песнями, обычаями, культурой народа»				
		45	20	25	1
8.	Разминка по кругу. Разминка по диагонали. Изучение «Лимбо» 1и 2части.				
		45	20	25	1
9.	Повторение танцев. Работа над ошибками. Прослушивание музыкального материала.				
		45	15	30	1
10.	Изучение движений «Шен». Изучение танца «Рябина»1ч.				
		45	10	35	
11.	Изучение танца «Рябина»1ч.				
		45	10	35	1
12.	Изучение танца «Рябина»1ч, изучение движений для мальчиков.				
		45	20	25	1
13.	Изучение танца «Рябина»1ч. Работа над ошибками.				
		45	20	25	1
14.	Изучение танца «Рябина»2ч.				
		45	20	25	1

15.	Изучение танца «Рябина» 2ч. Вальсовые движения. Повторение и отработка движений.				
		45	15	30	1
16.	Музыкально-сценическая композиция. Постановка. Беседа: «Образы в Хореографии».				
		45	10	35	1
17.	Видеоурок: просмотр фрагмента фильма об ансамбле им.И.Моисеева. Обсуждение.				
		45	10	35	1
18.	Изучение движений танца «Рябина» 3ч. Повторение и закрепление 1,2ч.				
		45	20	25	1
19.	Постановка 3ч. танца. Беседа: «Значение и использование реквизита в танцах».				
		45	20	25	1
20.	Работа над танцем. Уточнение образов. Работа над образами.				
		45	20	25	1
21	Поклон. Т.Б. Разминка. Соединение всех частей в танец. Работа над ошибками.				
		45	15	30	1
22	Отработка элементов танца. Закрепление. Работа с реквизитом.				
		45	10	35	1
23	Отработка танцев на сцене. Подготовка к выступлению.				
		45	10	35	1
24	Прослушивание музыкального материала. Изучение движений «Матросского танца».				
		45	20	25	1
25	Изучение движений «Матросского танца». Повторение.				
		45	20	25	1
26	Изучение «Матросского танца» 1ч. Работа над «моталочкой».				
		45	20	25	1
27	Изучение «Матросского танца» 1ч. Повторение. Закрепление.				
		45	15	30	1
28	Изучение «Матросского танца» 1ч. Отработка движений для девочек. «Перестроения».				
		45	10	35	1
29	Изучение «Матросского танца» 1ч. Отработка движений для мальчиков.				
		45	10	35	1
30	Изучение «Матросского танца» 1,2ч. Повторение. Закрепление. «Перестроения».				
		45	20	25	1
31	Соединение частей в танец. Повторение, закрепление.				
		45	20	25	1
32	Повторение танца. Работа над ошибками. Работа над образом капитана.				

		45	20	25	1
33.	Работа над четкостью ритма и движений.				
		45	15	30	1
34.	Работа над танцем «Матросский» на сцене.				
		45	10	35	1
35.	Заключительный урок.				
		45	20	25	1
Итого:	35 часов.				

Приложение

Описание учебно-методического и материально – технического обеспечения

№ п/п	Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения	Количество
I	*Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)*	18
	1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (М.: Айрис Пресс, 1999) 2. Бабенкова Е. А., Федоровская О. М. «Игры, которые лечат» (М.: ТЦ Сфера, 2009) 3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (С.-П., 2000) 4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (С.-П.: Диамант, 1997) 5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (М.: Искусство, 1980) 6. Дереклеева Н. И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы» (М.: ВАКО, 2007) 7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С. А. Авилова, Т. В. Калинина. (Волгоград: Учитель, 2008) 8. Климов А. «Основы русского народного танца» (М.: Искусство, 1981) 9. Ковалько В. И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009) 10. Петрусинский В. В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998) 11. Ротерс Т. Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (М.: Просвещение, 1989) 12. Шершнев В. Г. «От ритмики к танцу» (М., 2008) 13. Учебно-методический комплекс. 14. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (Киев: Музична Україна, 1985) 15. Добовчук С. В. «Ритмическая гимнастика: учеб. пособие» (М.: МГИУ, 2008) 16. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие» (М.: Издательство «Глобус», 2009) 17. Пустовойтова М. Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008) 18. Фирилева, Ж. Е., Сайкина, Е. Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие» (СПб.: Детство-пресс, 2001)	
II.	*Технические средства обучения.*	5

	1. Магнитофон. 2. Компьютер. 3. Мультимедийный проектор. 4. Телевизор. 5. DVD плейер.	
III.	*Экранно – звуковые*	5
	1. DVD диск «Классика мирового балета». 2. DVD диск «Отчётный концерт» 3. CD диск «BALLET CLASS MUSIC» 4. CD диск «CLASSICAL DANCE LESSONS» 5. Сборники классической, народной, эстрадной музыки.	
IV.	Игры и игрушки	11
	1. Мячи. 2. Скакалки	1 10
V□.	*Оборудование класса*	16
	1. Станок. 2. Зеркала. 3. Коврики.	1 15

Кадровое обеспечение: Для реализации полноценных занятий необходим концертмейстер.

Используемая литература.

Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)

Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)

Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)

Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)

Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)

Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)

«Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)

Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)

Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)

Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)

Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)

Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)

Учебно-методический комплекс.

Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (-Киев: Музична Україна, 1985)

Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)

Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009)

Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)