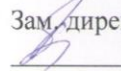


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кустовская средняя общеобразовательная школа Яковлевского городского  
округа»

«Согласовано»:

Зам. директора:  
 /Чепурная О.В./  
от « 28 » августа 2024 г.

«Утверждаю»:



Директор школы:  
 /Белашова А.А./  
Приказ № 170  
от «30» августа 2024 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности **«Спортивные танцы»**

Направление внеурочной деятельности **спортивно-оздоровительное**

Срок реализации – 4 года

**Иванчук Валентина Николаевна**  
Учитель начальных классов

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета школы  
протокол № 1 от « 30 » августа 2024 г.

2024 год

## Пояснительная записка

Программа курса «Спортивные танцы один час в неделю, 34 часа в год.

Рабочая программа по курсу «Спортивные танцы» составлена на основе следующих документов:

- Программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная приказом министерства образования №308 от 06.03.2001г.
- Приказ №889 министерства образования и науки РФ от 30.08.2010г «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для общеобразовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования»
- ФГОС НОО (от 6 октября 2009г № 373.), учитывая изменения от 22.09.11г. приказ №2357 и 18.05.15г приказ №507.
- Учебный план МБОУ «Кустовская СОШ».
- «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012
- Примерной программы начального общего образования по физической культуре УМК «Школа России» М: Просвещение 2009 г; допущенной Министерством образования и науки РФ;

**Основными целями** изучения курса внеурочной деятельности «Спортивные танцы» в системе внеурочной деятельности наступени начального общего образования являются:

- предоставить возможность всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка; танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- сформировать представление о танцевальном образе;
- воспитание культуры поведения и общения; умений работать в коллективе;
- формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся;

развитие воображения, творческого потенциала ребенка, желания и умения подходить к любой своей деятельности творчески, способностей к эмоционально-ценностному отношению к искусству и окружающему миру, навыков сотрудничества в художественной деятельности;

- художественно-эстетическое развитие учащегося как внешнее условие социализации личности, как способ его вхождения в мир человеческой культуры, как способ самопознания и самоидентификации;
- формирование художественной культуры как неотъемлемой части культуры духовной, культуры мироощущений, выработанных поколениями;
- воспитание гражданственности и патриотизма.

Перечисленные цели реализуются в конкретных **задачах** обучения:

**оздоровительные :**

- укрепление здоровья;
- содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- совершенствование кондиционных двигательных качеств (мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростной силы) и координационных способностей;
- содействие развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- содействие оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата — формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;

**образовательные:**

- способствовать расширению кругозора, знаний в области физической культуры, формированию знаний, умений и навыков в области движений, танца и музыки;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания;
- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, гибкости, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях;
- содействовать развитию творческих и созидательных способностей — мышления, воображения, находчивости, познавательной активности;
  - обучить основным танцевальным направлениям
  - обучить технике выполнения танцевальных движений
  - обучить практическому применению теоретических знаний.

**воспитательные:**

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность);
- формирование потребности ребенка самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- воспитание самостоятельности, раскрепощенности, умения творчески выражать свои эмоции и мысли в танцевальных движениях;
- поддержание стремления к разумному лидерству, инициативности;
- воспитание трудолюбия, готовности к взаимопомощи;
- воспитание уважения к педагогам, партнерам по танцу.

### **1. Общая характеристика курса « Спортивные танцы»**

В качестве программы третьего урока физической культуры в 1-4 классах общего

образования используются уроки Танцев. Для этого есть годами накопленный педагогический опыт, и это соответствует требованиям времени к статусу человека, его образовательной компетенции, физическим и духовным возможностям. Данная дисциплина не требует дополнительного оборудования и инвентаря.

Содержание программы предусматривает систематическое и последовательное обучение в рамках аудиторных и внеаудиторных занятий, ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу включены упражнения и движения классического, народного и балльного 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.

Приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Танцы способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивает эстетический вкус, культуру поведения и общения.

Программа лаконично взаимосвязана с общеобразовательными областями (математика, филология, окружающий мир, физическая культура, технология, искусство) учебного процесса.

Программа составлена на основе программы по хореографии для общеобразовательных школ «Ритмика и танец» для 1-8 классов, утвержденной Министерством образования 06.03.2001г

Тематическая цельность и последовательность развития курса помогают обеспечить прозрачные эмоциональные контакты с искусством на каждом этапе обучения. Ребенок поднимается год за годом, урок за уроком по ступенькам познания личных связей со всем миром художественно-эмоциональной культуры.

Предмет «Танцы» предполагает сотворчество учителя и ученика; диалогичность; четкость поставленных задач и вариативность их решения; освоение традиций художественной культуры и импровизационный поиск лично значимых смыслов.

Основные виды учебной деятельности — практическая двигательнo-творческая деятельность ученика и восприятие красоты окружающего мира.

Наблюдение и переживание окружающей реальности, а также способность к осознанию своих собственных переживаний, своего внутреннего мира являются важными условиями освоения детьми материала курса. Конечная цель — формирование у ребенка способности самостоятельного видения мира, размышления о нем, выражения своего отношения на основе освоения опыта музыкальной и физической культур.

Систематическое освоение художественного наследия помогает осознавать искусство как духовную летопись человечества, как выражение отношения человека к природе, обществу, поиску истины.

На протяжении всего курса обучения школьники знакомятся с музыкальными произведениями искусства, изучают классическое и народное искусство танца разных стран и эпох.

## 2. Место курса «Спортивные танцы» в учебном плане

Учебный курс «Спортивные танцы» является необходимым компонентом внеурочной деятельности. Содержание предмета предоставляет обучающимся возможность войти в мир танца, познакомиться с основами двигательной активности и здорового образа жизни.

Учебный план МБОУ «Кустовская СОШ» на этапе начального общего образования включает 34 учебных часов, по 1 часу в неделю.

С учетом общих требований ФГОС НОО изучение предметной области «Танцы» должно обеспечить:

- развитие инновационной творческой деятельности обучающихся в процессе решения прикладных учебных задач;
- активное использование знаний, полученных при изучении других учебных предметов, и сформированных универсальных учебных действий;
- физическое и духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- формирование 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.
- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся.

### Результаты освоения учебного курса «Спортивные танцы»

(личностные, метапредметные и предметные)

При изучении Танцев в начальной школе обеспечивается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностные результаты** освоения обучающимися курса «Спортивные танцы» в начальной школе:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование ценностей многонационального российского общества, становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии народов, культур и религий;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; овладение элементами организации физического труда;
- формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов;
- самооценка умственных и физических способностей при трудовой деятельности в

- различных сферах с позиций будущей социализации и стратификации;
- развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности; выражение желания учиться для удовлетворения перспективных потребностей;
  - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; умение общаться при коллективном выполнении работ или проектов с учетом общности интересов и возможностей членов трудового коллектива;
  - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
  - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
  - формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления;
  - развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера; формирование индивидуально-личностных позиций учащихся;
  - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты** освоения обучающимися предмета «Танцы» в начальной школе:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- определение адекватных имеющимся организационным и материально-техническим условиям способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ по созданию продуктов;
- осознанное использование художественных средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирование и регуляция своей деятельности;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных);
- организация учебного сотрудничества и совместной деятельности с учителем и сверстниками; согласование и координация совместной познавательно-трудовой деятельности с другими ее участниками; объективное оценивание вклада своей познавательно-трудовой деятельности в решение общих задач коллектива;
- оценивание правильности выполнения учебной задачи, собственных возможностей её решения;
- соблюдение норм и правил безопасности познавательно-трудовой деятельности и

созидательного труда; соблюдение норм и правил культуры труда;

- оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
- формирование и развитие творческого мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;
- готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- сопровождением;
- соблюдать нормы этики и этикета.

**Предметные результаты** освоения учащимися предмета «Танцы» в начальной школе:

**в познавательной сфере:**

- сформированность целостного представления об окружающей действительности;
- становление внутренней установки личности поступать согласно своей совести, воспитание нравственности, основанной на духовных традициях народов России;
- овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;
- овладение элементарными практическими умениями и навыками в различных видах художественной деятельности (искусство танца);
- сформированность умений устанавливать взаимосвязь знаний по разным учебным предметам для решения прикладных учебных задач;
- сформированность первоначальных представлений о роли искусства танца в жизни человека, его роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность первоначальных представлений о роли музыки в жизни человека, ее роли в духовно-нравственном развитии человека;
- сформированность основ музыкальной культуры танца, развитие художественного вкуса и интереса к музыкальному и танцевальному искусству;
- умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к ней;
- использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций;
- сформированность основ художественной культуры, в том числе на материале культуры родного края; эстетического отношения к миру; понимание красоты как ценности; потребности в художественном творчестве и в общении с искусством;

**в мотивационной сфере:**

- оценивание своей способности к труду в конкретной предметной деятельности; осознание ответственности за качество результатов труда;
- согласование своих потребностей и требований с потребностями и требованиями других участников познавательно-трудовой деятельности;
- формирование представлений о мире профессий, связанных с изучаемыми технологиями, их востребованности на рынке труда; направленное продвижение к выбору профиля технологической подготовки в старших классах полной средней школы или будущей профессии в учреждениях начального профессионального или среднего специального образования;
- стремление к экономии и бережливости в расходовании времени, материалов,

денежных средств, труда;

#### **в эстетической сфере:**

- овладение методами эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда, дизайнерского проектирования изделий
- рациональное и эстетическое оснащение рабочего места с учетом требований элементов научной организации труда;
- готовность к нравственному совершенствованию, духовному саморазвитию;
- формирование первоначальных представлений о светской этике;
- умение выражать себя в доступных видах и формах художественно-прикладного творчества; художественное оформление объекта труда и оптимальное планирование работ;
- рациональный выбор рабочего костюма и опрятное содержание рабочей одежды;
- участие в оформлении класса и школы, стремление внести красоту в домашний быт;

#### **в коммуникативной сфере:**

- практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности; действовать с учетом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнера, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
- установление рабочих отношений в группе для выполнения практической работы или проекта, эффективное сотрудничество и способствование эффективной кооперации; интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и учителями;
- сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом;
- адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги;

#### **в физиолого-психологической сфере:**

- развитие моторики и координации движения рук при работе с ручными инструментами и выполнении операций; достижение необходимой точности движения при выполнении различных технологических операций;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- сочетание образного и логического мышления в проектной деятельности.

### **3. Содержание программного материала**



Материал программы включает следующие разделы:

1. Элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука (тренаж).
3. Танец (народный, историко-бытовой, балльный, современный).
4. Беседы по хореографическому искусству.
5. 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 «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 2 класса, слушание и разбор танцевальной музыки для школьников 3 и 4 классов. 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 балльного 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.

Раздел «Танец».

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных балльных 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 балльным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения

по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

- Участие в конкурсах разного уровня, а также школьных и районных мероприятиях.

Раздел «Беседы по хореографическому искусству».

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течение всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, 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 борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другими видами искусства.

Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

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 ритмопластики, 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. • Посещение музея, театра, посещение костюмерных ДК, творческих объединений.

Ожидаемые результаты реализации программы по уровням, годам обучения и разделам программы

1. Элементы музыкальной грамоты.

В конце 1 года обучения дети должны :

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;

- отмечать в движении сильную долю такта.

В конце 2 года обучения дети должны:

- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец.
- уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятие о детальных оттенках музыки.

В конце 3 года обучения дети должны:

- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- уметь импровизировать под заданную музыку.

## 2. Танцевальная азбука.

В конце 1 года обучения дети должны:

- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое.

В конце 2 года обучения дети должны:

- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия.

В конце 3 года обучения дети должны:

- знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопучкой, на полном приседе и с прыжком.

## 3. Танец.

- В конце 1 года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках, вальс в три па, свой национальный танец, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.
- В конце 2 года обучения дети должны уметь исполнять: фигурную польку, вальс — променад, русские танцы с использованием элементов хоровода и перепляса.
- В конце 3 — го года обучения дети должны уметь исполнять: историко-бытовой танец — полонез, фигурный вальс; русские танцы: хороводные и кадрили. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

## 4. Беседы по хореографическому искусству:

- получить знания об истории русского и мирового балета;
- владеть общими сведениями об искусстве хореографии, её специфике и особенностях;
- иметь ясные представления о развитии хореографического искусства;
  - знать имена и фамилии звезд

- мирового балета;
- владеть информацией о культурных

### 6. Учебно-тематический план.

1 год обучения

№ урока	Форма организации ( урок)	Характеристика основных видов учебной деятельности	Кол-во часов
1.	Введение. Что такое танец.	Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению.	1
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Начать приучать учащихся к танцевальной технологии.	1
3.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	Научить ритмично исполнять различные мелодии.	1
4.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.	1
5.	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	Объяснить как должна располагаться фигура относительно зрителя.	1
6.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	Познакомить с танцами народов РФ.	1
7.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	Разучить основные упражнения для рук в форме танцевальной зарядки.	1
8.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	Научить составлять небольшие танцевальные комбинации.	1
9.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	Развитие ритмичности с предметом.	1
10.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	Разучить танцевальные элементы в форме игры.	1
11.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	Дать понятие пантомима. Рассказать об этюдной работе.	1
12.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная	Развить пластичность и мягкость движений под музыку.	1

	гимнастика.		
<b>13.</b>	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	Использовать на уроке флажки, мячи и постоянно напоминать о правильной осанке, правой стороне.	<b>1</b>
<b>14.</b>	Упражнения для профилактики плоскостопия.	Разучить основные упражнения профилактики плоскостопия.	<b>1</b>
<b>15.</b>	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	Научить правильно дышать. Следить за осанкой во время учебы.	<b>1</b>
<b>16.</b>	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	Научить правильно дышать. Следить за осанкой во время учебы.	<b>1</b>
<b>17.</b>	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	Провести небольшую профилактику суставов.	<b>1</b>
<b>18.</b>	Упражнения на расслабление мышц.	Научить учащихся расслаблять мышцы.	<b>1</b>
<b>19.</b>	Упражнения на расслабление мышц.	Научить учащихся расслаблять мышцы.	<b>1</b>
<b>20.</b>	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	Поиграть в различные игры связанные с этюдной работой.	<b>1</b>
<b>21.</b>	Музыкальные, танцевальные темы.	Научиться определять медленно, быстро, умеренно.	<b>1</b>
<b>22.</b>	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	Разучить новые танцевальные элементы.	<b>1</b>
<b>23.</b>	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	Научиться определять характер мелодии и подбирать оригинальное исполнение движения.	<b>1</b>
<b>24.</b>	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	Познакомить с основными выразительными средствами музыки и танца.	<b>1</b>
<b>25.</b>	Правила танцевального этикета.	Объяснить основные правила танцевального этикета.	<b>1</b>
<b>26.</b>	Аэробика.	Увлечь детей занятиями аэробики.	<b>1</b>

27.	Элементы аэробики.	Увлечь детей занятиями аэробики.	1
28.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	Продолжать знакомить детей с музыкальными понятиями.	1
29.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	Развить музыкальный слух.	1
30.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Продолжать развитие музыкального слуха.	1
31.	Ритмические упражнения.	Научить ритмично исполнять различные упражнения.	1
32.	Гимнастика Parter.	Познакомить с партерной гимнастикой.	1
33.	Гимнастика Parter.	Познакомить с партерной гимнастикой.	2
<b>Итого: 34 ч.</b>			

2 год обучения

№ урока	Тема урока	Характеристика основных видов учебной деятельности	Кол-во часов
1.	Введение. Что такое танцы	Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению.	1
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Начать приучать детей к танцевальной технологии.	1
3.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	Научить ритмично исполнять различные мелодии.	1
4.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Развить музыкальный слух.	1
5.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Развить музыкальный слух.	
6.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.	1
7.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.	1

8.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	Обучить основным танцевальным точкам в зале.	1
9.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.	1
10.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка.	Подход к хореографической терминологии.	1
11.	Броски на 45 гр. Battement.	Подход к хореографической терминологии.	1
12.	Первый танцевальный элемент «Квадрат», «Крест».	Умение пользоваться движением «Крест» для рук, головы, ног.	1
13.	Первый танцевальный элемент «Квадрат», «Крест».	Умение пользоваться движением «Крест» для рук, головы, ног.	1
14.	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом. <b>Беседа:</b> «Первые танцы».	Научить детей не смотреть себе под ноги, поставить корпус на зеркала. Расширить кругозор учащихся.	1
15.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, приставной шаг.	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.	1
16.	Подскоки вперед, назад, галоп.	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.	1
17.	Разучивание позиций рук и ног. <b>Беседа:</b> «История мирового балета».	Выучить основные позиции рук и ног. Расширить кругозор учащихся.	1
18.	Разучивание позиций рук и ног. <b>Беседа:</b> «История мирового балета».	Выучить основные позиции рук и ног. Расширить кругозор учащихся.	1
19.	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	Наклоны корпуса в разных направлениях. Правильный наклон грудью вперед, голова на зрителя.	1
20.	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	Наклоны корпуса в разных направлениях. Правильный наклон грудью вперед, голова на зрителя.	1
24.	Гимнастические элементы.	Рассмотреть несколько гимнастических элементов.	1
25.	Гимнастические элементы.	Рассмотреть несколько гимнастических элементов.	1
26.	RELEVE. <b>Беседа:</b> «Богатство русской	Подход к хореографической терминологии.	1

	хореографии».	Расширить кругозор учащихся.	
27.	RELEVE. Беседа: «Богатство русской хореографии».	Подход к хореографической терминологии. Расширить кругозор учащихся.	1
28.	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.	1
29.	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.	1
30.	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	Научить правильно дышать. Следить за осанкой во время учебы.	1
31.	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	Научить правильно дышать. Следить за осанкой во время учебы.	1
32.	Три подразделения в танце и музыке. Общее понятие.	Музыкальное понятие — помощник в движении. Обсуждение вопроса из чего состоит музыка.	1
33.	Марш. Понятие о марше, ритмический счет.	Научиться маршировать, отличать марш от других танцев, счет, темы марша, простукивание на счет 1,2,3,4.	1
34.	Марш. Понятие о марше, ритмический счет.	Научиться маршировать, отличать марш от других танцев, счет, темы марша, простукивание на счет 1,2,3,4.	1
<b>Итого: 34 ч.</b>			

### 3 год обучения

№ урока	Тема урока	Характеристика основных видов учебной деятельности	Кол-во часов
1.	Введение. Повторение понятия «Танцы».	Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению.	1
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Начать приучать учащихся к танцевальной технологии.	1
3.	Построение и перестроение.	Развитие дисциплины, чёткости исполнения команд.	1
4.	Ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп).	Научить ритмично исполнять различные мелодии.	1



5.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Развить музыкальный слух.	1
6.	Повторить понятия о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.	1
7.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	Обучить основным танцевальным точкам в зале.	1
8.	Упражнения для мышц плечевого пояса, живота, спины, бёдер.	Развитие мышц плечевого пояса, живота, спины, бёдер. Укрепление осанки школьников.	
9.	Разновидности прыжков. Прыжки по 4 позиции.	Познакомить учащихся с разновидностью прыжков. Воспитание выносливости, укрепление дыхательной системы организма.	1
10.	Бег и его разновидности.	Познакомить учащихся с разновидностями бега. Воспитание выносливости, укрепление дыхательной системы организма.	1
11.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.	1
12.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.	1
13.	Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.	1
14.	Повторение позиций ног в классическом танце.	Повторить позиции ног.	1
15.	Повторение позиций рук в классическом танце.	Повторить позиции рук. Развитие выразительности работы рук.	1
16.	Деми плие по 1, 2 позициям ног.	Рассмотреть и разучить танцевальные элементы. Развитие выворотности колен	

		и бёдер.	
17.	Релеве на полу пальцах.	Рассмотреть и разучить танцевальные элементы. Развитие подъёма стопы.	1
18.	Батман тандю.	Рассмотреть и разучить танцевальные элементы. Развитие подъёма и выворотности стопы.	1
19.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	Научить составлять небольшие танцевальные комбинации.	1
20.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	Научить составлять небольшие танцевальные комбинации.	1
21.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	Дать понятие пантомима. Рассказать об этюдной работе.	1
22.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	Дать понятие пантомима. Рассказать об этюдной работе.	1
23.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	Использовать на уроке флажки, мячи и постоянно напоминать о правильной осанке, правой стороне.	1
24.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	Использовать на уроке флажки, мячи и постоянно напоминать о правильной осанке, правой стороне.	1
25.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	Развить пластичность и мягкость движений под музыку.	1
26.	Партерная гимнастика.	Развить пластичность и мягкость движений под музыку.	1
27.	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	Научить основным танцевальным шагам.	1
28.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	Научить выполнять различные упражнения на полу пальцах.	1
29.	Тройной шаг. Упражнения на	Разучить различные	1

	ориентацию в пространстве.	комбинации с тройным шагом.	
<b>30.</b>	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	Познакомить с танцами народов РФ.	<b>1</b>
<b>31.</b>	Кубанский танец. Костюмы.	Расширить кругозор учащихся в области знаний своего родного края.	<b>1</b>
<b>32.</b>	Разучивание кубанского танца.	Приобщение учащихся к культуре родного края.	<b>1</b>
<b>33.</b>	Танцевальный элемент «Марш».	Научить маршировать танцевально, попадая в такт музыки, темы марша.	<b>1</b>
<b>34.</b>	Обобщающий урок. Танец- импровизация.	Развитие выразительности движений, артистичности, умения держать себя на сцене.	<b>1</b>
<b>Итого: 34 ч.</b>			

4 год обучения

<b>№ урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1.</b>	Введение. Повторение понятия изученного в 3-м классе	Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению.	<b>1</b>
<b>2.</b>	Приветствие. Постановка корпуса.	Начать приучать учащихся к танцевальной технологии.	<b>1</b>
<b>3.</b>	Ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп).	Научить ритмично исполнять различные мелодии.	<b>1</b>
<b>4.</b>	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Развить музыкальный слух.	<b>1</b>
<b>5.</b>	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	Развить музыкальный слух.	Развить музыкальный слух.
<b>6.</b>	Повторить понятия о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.	<b>1</b>
<b>7.</b>	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	Обучить основным танцевальным точкам в зале.	<b>1</b>
<b>8.</b>	Разновидности прыжков.	Познакомить учащихся с	<b>1</b>

	Прыжки по 4 позиции.	разновидностью прыжков. Воспитание выносливости, укрепление дыхательной системы организма.	
<b>9.</b>	Бег в танце и его разновидности.	Познакомить учащихся с разновидностями бега. Воспитание выносливости, укрепление дыхательной системы организма.	<b>1</b>
<b>10.</b>	Понятие о рабочей и опорной ноге.	Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.	<b>1</b>
<b>11.</b>	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.	<b>1</b>
<b>12.</b>	Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.	<b>1</b>
<b>13.</b>	Повторение позиций ног в классическом танце.	Повторить позиции ног.	<b>1</b>
<b>14.</b>	Повторение позиций рук в классическом танце.	Повторить позиции рук. Развитие выразительности работы рук.	<b>1</b>
<b>15.</b>	Деми плие по 1, 2 позициям ног.	Рассмотреть и разучить танцевальные элементы. Развитие выворотности колен и бёдер.	
<b>16.</b>	Релеве на полу пальцах.	Рассмотреть и разучить танцевальные элементы. Развитие подъёма стопы.	<b>1</b>
<b>17.</b>	Батман тандю.	Рассмотреть и разучить танцевальные элементы. Развитие подъёма и выворотности стопы.	<b>1</b>
<b>18.</b>	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	Научить составлять небольшие танцевальные комбинации.	<b>1</b>
<b>19.</b>	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	Использовать на уроке флажки, мячи и постоянно напоминать о правильной осанке, правой стороне.	<b>1</b>
<b>20.</b>	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	Использовать на уроке флажки, мячи и постоянно напоминать о правильной осанке, правой	<b>1</b>

		стороне.	
21.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	Развить пластичность и мягкость движений под музыку.	1
22.	Партерная гимнастика.	Развить пластичность и мягкость движений под музыку.	1
23.	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	Научить основным танцевальным шагам.	1
24.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	Научить выполнять различные упражнения на полу пальцах.	1
25.	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	Разучить различные комбинации с тройным шагом.	1
26.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	Познакомить с танцами народов РФ.	1
27.	Кубанский танец. Костюмы.	Расширить кругозор учащихся в области знаний своего родного края.	1
28.	Разучивание кубанского танца.	Приобщение учащихся к культуре родного края.	1
29.	Разучивание кубанского танца.	Приобщение учащихся к культуре родного края.	1
30.	Танцевальный элемент «Марш».	Научить маршировать танцевально, попадая в такт музыки, темы марша.	1
31.	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	Познакомить с основными фигурами в танцах и попробовать исполнить их в паре.	1
32.	Русский народный танец «Полька».	Умение ставить ногу на каблук и на носок.	1
33.	Русский народный танец «Каблучок», «Ковырялочка», «Гарможка».	Познакомить с самыми простыми русскими народными танцами.	1
34.	Бальный танец «Вальс».	Научить танцевать самый простой вальс.	1

**Итого: 34 ч.**

