

**Министерство образования и науки Алтайского края**

**краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Алтайская общеобразовательная школа № 1»**

**ПРИНЯТА**

на Педагогическом совете  
протокол № 1

« 29 » \_\_\_\_\_ 08 \_\_\_\_\_ 2024 г

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор школы \_\_\_\_\_

Т.В. Подтеп

приказ № 56- о.д. от «28 » августа 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

Театрально-хореографическая студия

**«МОЗАИКА»**

направленность-художественная

**РАССМОТРЕНА**

на заседании методического объединения классных руководителей  
протокол № 1  
от « 29 » августа 2024 г. Руководитель МО Т.И.Куппа

2024-2025 учебный год

## **I. Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности театрально-хореографической студии "Мозаика" разработана для 1-10-х классов КГБОУ «Алтайская общеобразовательная школа № 1».

Рабочая программа внеурочной деятельности для обучающихся является модифицированной, разработана на основе дополнительной образовательной программы танцевального кружка «Ритм» Максимовой Оксаны Владимировны.

Программа внеурочной деятельности театрально-хореографической студии "Мозаика" занимает важное место в системе художественно-эстетического образования. Является первой ступенью в хореографическом образовании. Её освоение способствует формированию общей культуры.

Ритмика и танец предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий хореографией. Изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений и музыкальных игр. Предполагает изучение разноплановых танцев: образных, классических, балетных, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые могут стать основой репертуара для сценической практики.

Программа направлена на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

Возраст учащихся, участвующих в реализации программы, 7-18 лет.

Рабочая программа внеурочной деятельности театрально-хореографической студии "Мозаика" разбит на шесть групп:

1 группа рассчитана на начальную школу: 1 класс;

2 группа рассчитана на начальную школу: 2 класс;

3 группа рассчитана на начальную школу: 3 класс;

4 группа рассчитана на основную школу: 4-5 классы;

5 группа (ансамбль) рассчитана на основную школу: 6-10 классы;

## **II. Общая характеристика курса внеурочной деятельности театрально-хореографической студии "Мозаика"**

В наше время, когда большинство людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия хореографией особенно актуальны в детском возрасте.

Актуальность занятий танцами в обучении учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развитию и совершенствовании их мышечно-двигательного аппарата, дыхательной и сердечно-сосудистой системы.

Содержание программы делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ ориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья учащихся.

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных и метапредметных результатов освоения курса внеурочной деятельности.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

По данной программе могут заниматься учащиеся, с разным уровнем хореографической подготовки.

### **Цели программы:**

образовательная цель - приобщение обучающихся ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца;

развивающая цель - воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

воспитательная цель - способствовать развитию в детской среде ответственности и социальной солидарности;

### **Задачи программы:**

1. расширять знания в области современного хореографического искусства;
2. укреплять физическое и психологическое здоровье; развивать опорно-двигательный аппарат
3. развитие творческих способностей учащихся; формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
4. совершенствовать нравственно – эстетические, духовные и физические потребности, способствующие успешной самореализации;

## **Методическое обеспечение программы:**

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса. Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

## **Принципы дидактики:**

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов современного и бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, и в учебных целях.

## **Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:**

1. Метод активного восприятия музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод невербального восприятия, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

#### **Приемы:**

- комментирование; • инструктирование; • корректирование.

### **III. Место курса внеурочной деятельности в учебном плане**

Программа реализуется в объеме 306 часов (34 учебных недели) в 1-10-х классах.

1 классы – 1 час, 2 классы – 2 часа, 3- классы – 2 часа; 4-5 классы – 2 часа; 6-10 классы – 2 часа.

### **IV. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** изучения курса являются:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность ценности здорового образа жизни

- уважение к истории культуры своего Отечества;
- способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры. Метапредметными результатами изучения курса являются:

Регулятивные (учебно-организационные):

- умение самостоятельно контролировать своё время и управлять им;
  - умение прилагать волевые усилия и преодолевать трудности;
  - оценивание своих возможностей. Познавательные:
  - осуществление поиска информации;
  - умение давать определение понятиям;
  - умение делать умозаключения и выводы. Коммуникативные:
  - формулирование собственного мнения и позиции;
  - работа в группе — установление рабочих отношений;
  - в процессе коммуникации достаточно точная, последовательная и полная передача партнёру необходимой информации как ориентир для построения действия.
- участие в мероприятиях.

## **Организация образовательного процесса**

Основная форма образовательной работы с обучающимися: музыкально – тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ученика.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. С учениками проводятся диалоги, которые помогают развитию

способности логически мыслить. На этих занятиях передаётся информация о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие просторного зала для занятий ритмикой и танцем;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура (музыкальный центр, магнитофон), аудиозаписи, CD записи;
- специальная форма и обувь для занятий: гимнастический купальник, юбка, носки чёрного цвета, балетки;
- костюмерная, костюмы для концертных номеров.

## **V. Содержание программы**

### **Правила техники безопасности:**

На этом уроке педагог должен объяснить детям элементарные правила безопасности во время урока хореографии:

Без разрешения педагога не включать аудиоаппаратуру.

Использовать электророзетки только по назначению.

О неисправностях аппаратуры сообщать педагогу.

Запрещается самостоятельно устранять неполадки.

Бережно и аккуратно обращаться с реквизитом и сценическими костюмами.

В случае недомогания или травмы ребенок должен обратиться к педагогу, затем к медицинскому работнику школы

Перед началом занятия снимать с себя часы, цепочки, кольца, браслеты, большие сережки и другие жесткие и мешающие предметы

При проведении урока соблюдать правила поведения, дисциплину, вести себя так, чтобы в зале царилла благоприятная и гармоничная атмосфера взаимного уважения. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха

Учащиеся обязаны качественно выполнять разминочную часть урока и элементы движений, подготавливающие тело к не травмированному

правильному исполнению танца. Перед концертным выступлением учащиеся должны провести разогрев самостоятельно.

При исполнении движений потоком (один за другим) необходимо соблюдать достаточные интервалы, избегать столкновений, толчков и ударов.

Не выполнять без страховки и без разрешения преподавателя сложные элементы и движения.

Не стоять близко к станку, зеркалам и друг к другу при выполнении движений.

## **Ритмика**

Вводная часть занятия содержит организационный момент, выполняет задачи активизации внимания, может включать поклон либо определенное музыкально-ритмическое задание, связанное с музыкой маршевого характера. В основной части занятия упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков на основе восприятия музыки могут подбираться педагогом, исходя из осваиваемого движения. Это могут быть: основные движения; упражнения на развитие мышечной свободы рук; танцевальные элементы; упражнения, направленные на правильную постановку корпуса; изучение позиций ног и рук.

На учебных занятиях используются различные ритмические задания и упражнения, имеющие направленность на развитие чувства ритма, приобретение навыка определения размера музыкального произведения, дирижирования, передачу ритмических рисунков через движение, запись ритмических формул, исполнение ритмических рисунков, анализ формы произведения и др. В ход урока могут включаться музыкально-ритмические игры, упражнения с предметами, инсценировки, постановки и повторение различных танцев, а также выполнение отдельных творческих заданий. Заключительная часть урока должна быть направлена на краткий анализ урока, выставление оценок, объяснение домашнего задания, если таковое имеется.

Данная схема урока достаточно условна и предполагает гибкий подход педагога к процессу планирования уроков, проявление творческой инициативы. Возможно проведение тематических занятий. Урок также может иметь обобщающий характер, проводиться в игровой форме, быть итоговым, выявляющим уровень знаний и умений обучающихся.

## **Упражнения для улучшения гибкости**

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия: Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: различные формы ходьбы и бега; различные махи. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия:

В основную часть входят упражнения стретчингового характера.

Упражнения выполняются в строгой последовательности: - разогрев и растяжка мышц шеи; - разогрев и растяжка мышц и суставов плечевого пояса; - разогрев и растяжка мышц и суставов рук; - разогрев и растяжка мышц пресса и спины; - разогрев и растяжка мышц и суставов таза и бедер; - комбинированные упражнения, направленные на растяжку разных групп мышц; - разогрев и растяжка мышц и суставов голеностопа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени.

Заключительная часть занятия: Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются спокойные упражнения на дыхание.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении упражнения, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться.

Замечания и рекомендации по поводу недостаточно освоенных движений помогают учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

## **Общеразвивающие упражнения**

Уроки составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям, физическим возможностям занимающихся и решать в единстве задачи оздоровления, обучения и воспитания.

Упражнения в уроке распределяются согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Все уроки составляют единую систему обучения и отвечают современным требованиям технологии построения и проведения учебных занятий.

Структура уроков по ритмической гимнастике - общепринятая. Каждый урок состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Продолжительность частей урока с использованием общеобразовательных упражнений может быть разной; это зависит от задач урока, специфики выбранных упражнений, особенностей занимающихся и других факторов.

Продолжительность подготовительной части составляет 15-25%, основной части - 70-80%, а заключительной - 5-10% от общего времени урока.

Серии упражнений в частях урока располагаются согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Разные звенья тела включаются в работу последовательно, а их интенсивное выполнение чередуется с отдыхом.

Упражнения силового характера и упражнения на выносливость сочетаются с упражнениями в расслаблении и растягивании, они должны оказывать разностороннее воздействие на занимающихся.

Решающим в построении урока является определение взаимосвязанной последовательности действий педагога и занимающихся при решении каждой педагогической задачи, применении каждого упражнения, определении методов и методических приемов организации, используемых в процессе проведения урока.

Подготовительная часть урока:

В зависимости от задач урока, контингента учащихся, их эмоционального настроения, порядок и количество выполняемых серий в уроке может меняться. В 40 - 45-минутном уроке время проведения подготовительной части составляет 10-13 минут. Каждая серия упражнений может решать определенные частные задачи: подготовка сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма к предстоящей работе, увеличение подвижности в суставах, повышение эмоционального настроения на урок, развитие танцевальное™ и др. В зависимости от этих задач в серии входят те

или иные упражнения: различные виды ходьбы на месте и в движении, с разнообразными движениями рук, туловища, поворотами, подскоками; упражнения для развития подвижности суставов, появляется возможность воздействовать на каждый сустав, изолированно выполнять движения отдельными звеньями тела в различных направлениях, с различной скоростью и амплитудой. Кроме этого, можно выполнять беговые и прыжковые упражнения невысокой интенсивности или упражнения танцевального характера, разученные ранее, небольшой координационной сложности.

Последовательность упражнений в хореографическом уроке строго определена. Сначала подбираются упражнения, локально воздействующие на голеностопные, коленные и тазобедренные суставы, затем с постепенным увеличением амплитуды движений включая в работу всё более крупные группы мышц.

Основная часть урока

Основная часть урока длится 25-28 минут. Задачи этой части урока направлены на:

- Формирование знаний, двигательных умений и навыков.
- Развитие двигательных способностей (силы, гибкости, ловкости, выносливости, быстроты и др).
- Повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма.
- Достижение оптимального уровня частоты сердечных сокращений (ЧСС).
- Повышение расхода калорий при выполнении специальных упражнений.
- Повышение интереса к уроку средствами активизации эмоционального состояния занимающихся и удовлетворенности от урока.

В основную часть урока могут входить любые серии (от трех до пяти) упражнений ритмической гимнастики, которые способствуют эффективному решению этих задач. Выбор их зависит от направленности урока и его задач.

Упражнения, из которых составляется та или иная серия, должны быть различны по характеру: силовые, аэробные для развития координационных способностей, на расслабление и растягивание. Все они могут выполняться в различных исходных положениях, с различной скоростью и амплитудой, с предметами и без них, на гимнастических снарядах.

Заключительная часть

В заключительной части урока обеспечивается плавное, целенаправленное снижение физической и эмоциональной активности занимающихся, способствующее созданию благоприятных условий для протекания восстановительных процессов в организме, и переходу к последующей деятельности. Продолжительность этой части зависит от основных задач урока, выбора средств и длится от 4 до 7 минут. Заключительная часть может состоять от одной до трех серий упражнений.

Упражнения, входящие в заключительную часть урока, разнообразны, доступны, просты, не требуют от занимающихся особого внимания и напряжения сил, выполняются в спокойном темпе. К первой серии могут относиться успокаивающие упражнения: в расслаблении (элементы релаксационной ритмической гимнастики), встряхивания, массирующие движения, приемы самомассажа, дыхательные упражнения и др. Эти упражнения в основном используются после большой, интенсивной нагрузки основной части урока.

Вторую серию упражнений составляют отвлекающие упражнения, здесь используются элементы стретчинга, приемы психорегулирующей тренировки. Эта серия упражнений используется в уроке, когда необходимо сосредоточиться, сконцентрировать внимание на своих внутренних ощущениях, способствует раскованности, расслаблению и др.

Третья серия упражнений заключительной части способствует повышению эмоционального состояния занимающихся. К ней относятся несложные танцевальные упражнения, полюбившиеся танцы; различные виды ходьбы с хлопками, притопами и др., а для младших школьников - музыкальные подвижные игры.

### **Изучение основных теоретических понятий**

Занятие ориентировано на теоретическую подготовку детей в классическом танце для дальнейшего применения терминов в других танцевальных направлениях при изучении хореографических комбинаций в постановках.

Изучение теории способствует успешному освоению детьми хореографических элементов и комбинаций, что в дальнейшем благоприятно скажется на постановке танцевальных композиций.

Хореографическая терминология - система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений или понятий, которые кратко объяснить или описать сложно.

Основные понятия:

1.demi plie

- 2.grand plie
- 3.relevé
- 4.battement tendu.
- 5.battement tendu jeté.
- 6.demi rond
- 7.rond dejamb parterre
- 8.rond de jamb en l'air
- 9.en dehors
- 10.sur le cou de pied
- 11.battement fondu
- 12.battement frappe
- 13.double
- 14.passe
- 15.relevelent
- 16.développe
- 17.adajio
- 18.attitude
- 19.grand battement
- 20.picce
- 21.balance-(балансе)
- 22.allongée
- 23.pordebras

### **История танцевального искусства**

Материал выстроен в хронологическом порядке: от древности по XX век включительно. Темы сгруппированы в разделы. Весь учебный материал систематизирован по определенным принципам:

опора на исторические факты (каждую изучаемую эпоху следует связывать с общей характеристикой исторического периода);

– тематика прослеживается от западного искусства к отечественному (наряду со специфическими особенностями отмечается общность культур, их взаимовлияние);

три последних десятилетия XX– начало XXI веков предлагается изучать в форме бесед с элементами дискуссии;

Программа предполагает использование разнообразных форм работы: рассказ и беседа с привлечением иллюстративно-наглядного материала (рисунки, репродукции, фотографии), просмотр видео, дискуссия.

### **Изучение рисунка танца**

Освоение рисунка танца является важной педагогической задачей, решение которой способствует развитию координации, пространственной ориентации детей, а также создает возможность сочинять интересные по форме и содержанию танцевальные композиции.

Без рисунка танца не может существовать ни один, даже самый элементарный танец. Любой простейший рисунок может настолько ярко обогатить и разнообразить танцевальную композицию, что даже самый утонченный зритель окажется в восторге от увиденного. Рисунок танца организует движения танцующих, способствует более яркому выявлению на сцене и других выразительных средств хореографии: танцевальной лексики, музыки, костюма танцора, декораций, светового оформления и других. Педагог может считать свое произведение успешно решенным в том случае, если слышимый, рожденный музыкой образ будет совпадать с видимым хореографическим образом и отражать рисунок танца.

Рисунок танца осваивается с понятием «переход» из рисунка в рисунок.

### **Музыкальная грамота**

Особенностью является соединение на одном уроке двух видов занятий:

- музыкальная грамота,
- слушание музыки.

Изучение музыкальной грамоты на отделении хореографии необходимо для более активного восприятия учащимися музыкального материала

Раздел «Слушание музыки» для хореографических отделений имеет свою специфику. Наряду с общей музыкальной культурой, изучение его должно дать учащимся более глубокие знания о танцевальных жанрах и балетной

музыке. В связи с этим используемый традиционный список музыкальной литературы несколько расширен. Введено значительно большее количество казахских танцев, танцев других народов и зарубежных стран. При изучении произведений казахской, классиков русской, советской и зарубежной музыкальной литературы большее внимание уделено танцевальным жанрам в творчестве композиторов.

За счет расширения определенных разделов в программе опускается подробное изучение биографий некоторых композиторов, но дана краткая характеристика их творчества.

Музыкально-теоретические знания даются также с учетом специфики хореографического отделения, а именно: учащиеся подробно знакомятся с разнообразными метроритмическими и структурными особенностями изучаемой музыки.

Изучение музыкальной грамоты должно проходить в увлекательной для детей форме. Особенно это касается освоения метроритма. Вначале на интуитивном уровне прохлопываем все звучащие звуки в попевках, песнях; повторяем простые ритмические рисунки за хлопками учителя, короткие музыкальные фразы и др. Выясняем, что звуки есть короткие и длинные.

Работая над развитием чувства ритма нельзя забывать, что, прежде всего, происходит интуитивное восприятие ритмического рисунка учащимися, накапливаются слуховые впечатления. Затем каждая ритмическая фигура (блок) должна быть освоена на слух в соответствии с метром. Точность воспроизведения ритмического рисунка можно воспитать только в связи с остальными выразительными средствами музыки.

### **Репетиционно-постановочная работа (Исполнение танцевальных элементов и репетиция танцевальных комбинаций)**

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видео и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков не менее сильно, чем классическим танцем.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам». Не менее важно, чтобы заложенные в танец мысли, воссозданные реальные события или сказка волновали детей, были очень близки к их душевному миру. Ведь дети чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

Планируемый репертуар по возрастным группам:

1 класс:

Первое полугодие: «В поход за грибами»,

Второе полугодие: «Спокойной ночи, малыши!»

2 класс:

Первое полугодие: «Прогулка под дождём»

Второе полугодие: «Следопыт»

3 класс:

Первое полугодие: «Путешествие по планетам»

Второе полугодие: «Танцевальный класс»

4-5 класс:

Первое полугодие: «В море ветер»

Второе полугодие: «Давай сыграем в прятки»

6-10 класс:

Первое полугодие: «Мы танцуем джаз», «Только танцы»

Второе полугодие: «Скульптор»

### **Театральные занятия**

Каждый новый танец становится для ребенка «открытием ума, сердца и души». Душа ребенка самобытна, индивидуальна. Для каждого ребенка необходим индивидуальный подход.

Занятия обучения направлены на:

развитие творческой индивидуальности;

развитие коммуникативного воображения;

развитие логического мышления;

развитие изобретательности; - формирование устойчивого интереса к поисковой творческой деятельности.

Индивидуально-дифференцированная форма организации образовательного процесса наиболее сложная, так как требует уровня высокой профессиональной культуры и педагога. Она ориентирована на создание условий для творческой самореализации, как ребенка, так и педагога. Суть данной формы состоит в том, что педагог создает в группе насыщенные, разнообразные эмоционально-личностные и пространственно-предметные условия, побуждающие ребенка самостоятельно избирать деятельность, организовывать вокруг себя предметное пространство и общение.

### **Итоговые занятия и досуговые мероприятия**

В роли итоговых занятий выступают конкурсно-игровые программы, урок-концерт, викторина «Путешествие в мир танца», игровые программы. Досуговые мероприятия — это походы в лес, вечера отдыха и игровые программы

Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом.

## **VI. Учебный план**

<b>№</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Группа 1</b>	<b>Группа 2</b>	<b>Группа 3</b>	<b>Группа 4</b>	<b>Группа 5</b>	<b>Группа 6</b>	<b>Итого</b>
<b>1</b>	Правила техники безопасности	<b>1 ч.</b>	<b>1ч.</b>	<b>6 ч.</b>				
<b>2</b>	Ритмика	<b>4 ч.</b>	<b>24 ч.</b>					
<b>3</b>	Упражнения для улучшения гибкости	<b>3 ч.</b>	<b>3 ч.</b>	<b>1 ч.</b>	<b>1 ч.</b>	<b>1 ч.</b>	<b>1 ч.</b>	<b>10 ч.</b>

4	Общеразвивающие упражнения	8 ч.	8 ч.	8 ч.	6 ч.	8 ч.	8 ч.	46 ч.
5	Изучение основных теоретических понятий	1 ч.	6 ч.					
6	История танцевального искусства	2 ч.	1 ч.	1 ч.	1 ч.	1 ч.	-	6 ч.
7	Изучение рисунка танца	6 ч.	36 ч.					
8	Музыкальная грамота	2 ч.	2 ч.	2 ч.	2 ч.	-	-	8 ч.
9	Исполнение танцевальных элементов	25 ч.	10 ч.	10 ч.	25 ч.	20 ч.	25 ч.	100 ч.
10	Репетиция танцевальных комбинаций	8 ч.	4 ч.	4 ч.	4 ч.	6 ч.	6 ч.	32 ч.
11	Театральные занятия	4 ч.	4 ч.	4 ч.	6 ч.	4 ч.	4 ч.	26 ч.
12	Итоговое занятие	1 ч.	6 ч.					

## VII. Поурочное планирование

### 1 класс (группа 1)

№	Тема и содержание занятия	Форма проведения
1	Правила техники безопасности. Правила поведения на занятиях. Особенности внешнего вида учащегося.	беседа

2	Сильная доля Ритмика. Что такое ритмика?	обучающее занятие
3	Сильная доля Ритмика. Что такое ритмика?	обучающее занятие
4	Игрогимнастика.	практическое занятие
5	Напряжение и расслабление мышц в положении лежа, упражнения для улучшения гибкости шеи, упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.	обучающее занятие
6	Напряжение и расслабление мышц в положении лежа, упражнения для улучшения гибкости шеи, упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.	практическое занятие
7	Знакомство с рисунком современного танца. Разучивание движений	обучающее занятие
8	Знакомство с рисунком современного танца. Разучивание движений	обучающее занятие
9	Разучивание движений	обучающее занятие
10	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
11	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
12	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
13	Театральное занятие.	обучающее занятие
14	Общеразвивающие упражнения.	обучающее занятие
15	Общеразвивающие упражнения.	обучающее занятие
16	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов.	практическое занятие

17	Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
18	Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
19	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
20	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
21	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
22	Общеразвивающие упражнения.	обучающее занятие
23	Постановка корпуса. Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия.	обучающее занятие
24	Постановка корпуса. Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия.	обучающее занятие
25	Постановка корпуса. Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия.	обучающее занятие
26	Простейшие фигуры в танце. Разучивание движений танца	практическое занятие
27	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
28	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
29	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
30	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
31	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	практическое занятие

32	Общеразвивающие упражнения.	обучающее занятие
33	Театральное занятие	обучающее занятие
34	Простейшие фигуры в танце. Разучивание движений танца.	практическое занятие
35	Основные танцевальные шаги. Разучивание танцевальных шагов	обучающее занятие
35	Основные танцевальные шаги. Разучивание танцевальных шагов	обучающее занятие
37	Основные танцевальные шаги. Разучивание танцевальных шагов	обучающее занятие
38	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
39	Театральное занятие	практическое занятие
40	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.	практическое занятие
41	Пластичная гимнастика	практическое занятие
42	Пластичная гимнастика	практическое занятие
43	Простейшие фигуры в танце.	обучающее занятие
44	Простейшие фигуры в танце.	обучающее занятие
45	Основные элементы современного танца. Разучивание движений танца	обучающее занятие
46	Разучивание движений танца	обучающее занятие
47	Основные элементы современного танца. Разучивание движений танца	обучающее занятие

48	Основные элементы современного танца. Разучивание движений танца	обучающее занятие
49	Общеразвивающие упражнения	практическое занятие
50	Работа в паре. Упражнения на синхронность.	практическое занятие
51	Театральное занятие	практическое занятие
52	Игры под музыку.	практическое занятие
53	Разучивание движений танца	обучающее занятие
54	Театральное занятие	практическое занятие
55	Разучивание движений танца	практическое занятие
56	Разучивание движений танца	практическое занятие
57	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
58	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	практическое занятие
59	Постановка корпуса. Основные теоретические понятия.	обучающее занятие
60	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
61	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
62	Разучивание движений танца	обучающее занятие
63	Разучивание движений танца	обучающее занятие

64	Разучивание движений танца	обучающее занятие
65	Итоговое занятие	практическое занятие

## 2 класс (Группа 2)

№	Тема и содержание занятия	Форма проведения
1	Правила техники безопасности. Правила поведения на занятиях. Особенности внешнего вида учащегося.	беседа
2	Сильная доля Ритмика. Что такое ритмика?	обучающее занятие
3	Напряжение и расслабление мышц в положении лежа, упражнения для улучшения гибкости шеи, упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.	практическое занятие
4	Знакомство с рисунком танца. Разучивание движений	обучающее занятие
5	Знакомство с рисунком танца. Разучивание движений	обучающее занятие
6	Знакомство с рисунком танца. Разучивание движений	обучающее занятие
7	Общеразвивающие упражнения.	обучающее занятие
8	Театральное занятие	обучающее занятие
9	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов.	практическое занятие
10	Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие

11	Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
12	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
13	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
14	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
15	Общеразвивающие упражнения.	обучающее занятие
16	Постановка корпуса. Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия.	обучающее занятие
17	Постановка корпуса. Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия.	обучающее занятие
18	Простейшие фигуры в танце. Разучивание движений танца	практическое занятие
19	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
20	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
21	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
22	Музыкальная грамота. Ритм в музыке	практическое занятие
23	Общеразвивающие упражнения.	обучающее занятие
24	Театральное занятие	обучающее занятие
25	Простейшие фигуры в танце. Разучивание движений танца.	практическое занятие

26	Основные танцевальные шаги. танцевальных шагов	Разучивание	обучающее занятие
27	Основные танцевальные шаги. танцевальных шагов	Разучивание	обучающее занятие
28	Основные танцевальные шаги. танцевальных шагов	Разучивание	обучающее занятие
29	Общеразвивающие упражнения.		практическое занятие
30	Театральное занятие		практическое занятие
31	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.		практическое занятие
32	Пластичная гимнастика		практическое занятие
33	Театральное занятие		практическое занятие
34	Простейшие фигуры в танце.		обучающее занятие
35	Простейшие фигуры в танце.		обучающее занятие
36	Основные элементы современного танца. Разучивание движений танца		обучающее занятие
37	Театральное занятие		обучающее занятие
38	Основные элементы современного танца. Разучивание движений танца		обучающее занятие
39	Основные элементы современного танца. Разучивание движений танца		обучающее занятие
40	Общеразвивающие упражнения		практическое занятие
41	Разучивание движений танца		практическое занятие

42	Разучивание движений танца	практическое занятие
43	Музыкальная грамота. Ритм музыки.	практическое занятие
44	Разминка. Исполнение танцевальных элементов.	практическое занятие
45	Итоговое занятие	практическое занятие

### 3-4 класс (группа 3)

№	Тема и содержание занятия	Форма проведения
1	Правила техники безопасности. Правила поведения на занятиях. Особенности внешнего вида учащегося. Знакомство с одним из видов искусства – хореографией и содержанием программы. Общеразвивающие упражнения	беседа
2	Роль ритмики в повседневной жизни человека. Слушание и разбор в танцевальной музыке.	практическое занятие
3	Основные позиции рук и ног классического танца.	обучающее занятие
4	Партерная гимнастика, упражнения для исправления осанки. Постановка корпуса	обучающее занятие
5	Знакомство с рисунком танца. Постановка композиции.	обучающее занятие
5	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
6	Общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие

7	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
8	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
9	Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
10	Постановка корпуса. Основные понятия.	практическое занятие
11	Рождение и становление музыкального стиля. История развития современного танца.	практическое занятие
12	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	обучающее занятие
13	Занятные факты о современной музыке. Ритмический рисунок	обучающее занятие
14	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
15	Простейшие фигуры в танце. Разучивание движений танца.	практическое занятие
16	Синхронность и координация танцевальных движений. Разучивание танцевальных шагов	практическое занятие
17	Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
18	Упражнения для развития движений под музыку.	практическое занятие
19	Театральное занятие	практическое занятие
20	История и особенности танца. Простейшие фигуры в танце.	практическое занятие
21	Основные ритмические элементы. Разучивание движений танца	практическое занятие
22	Общеразвивающие упражнения.	практическое

		занятие
23	Упражнения на синхронность	практическое занятие
24	Игры под музыку.	практическое занятие
25	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	практическое занятие
26	Отработка сложных движений.	практическое занятие
27	Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
28	Синхронность и координация танцевальных движений	практическое занятие
29	Разучивание движений танца	практическое занятие
30	Разучивание движений танца	практическое занятие
31	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
32	Театральное занятие	практическое занятие
33	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку	практическое занятие
34	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
35	Театральное занятие	практическое занятие
36	Разучивание движений танца	практическое занятие
37	Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
38	Разучивание движений танца	практическое

		занятие
39	Отработка сложных движений.	практическое занятие
40	Театральное занятие	практическое занятие
41	Отработка танцевальных композиций.	практическое занятие
42	Ритмико-гимнастические упражнения.	практическое занятие
43	Итоговое занятие.	практическое занятие

#### 5-6 класс (группа 4)

№	Тема и содержание занятия	Форма проведения
1	Правила техники безопасности. Правила поведения на занятиях. Особенности внешнего вида учащегося. Общеразвивающие упражнения	Беседа, практическое занятие
2	Практическое занятие. Разбор в танцевальной музыке.	практическое занятие
3	Практическое занятие. Разбор в танцевальной музыке.	практическое занятие
4	Знакомство с ориентировкой в пространстве	практическое занятие
5	Знакомство с ориентировкой в пространстве	практическое занятие
6	Напряжение и расслабление мышц в положении лежа, упражнения для улучшения гибкости шеи, упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, упражнения для улучшения подвижности коленных суставов.	практическое занятие
7	Театральное занятие	практическое

		занятие
8	Постановка композиции.	практическое занятие
9	Постановка композиции.	практическое занятие
10	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
11	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
12	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
13	Театральное занятие	практическое занятие
14	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
15	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
16	Театральное занятие	практическое занятие
17	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
18	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
19	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
20	Постановка корпуса. общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
21	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
22	Театральное занятие.	практическое занятие
23	Разучивание движений танца	практическое занятие

24	Разучивание движений танца	практическое занятие
25	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
26	Умения быстро менять направление и характер движения. Ритмический рисунок	практическое занятие
27	Ритмический рисунок	практическое занятие
28	Общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие
29	Общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие
30	Разучивание движений танца.	практическое занятие
31	Основные танцевальные точки, шаги. Разучивание танцевальных шагов	практическое занятие
32	Основные танцевальные точки, шаги. Разучивание танцевальных шагов	практическое занятие
33	Просмотр видеокассет, дисков. общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие
34	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.	практическое занятие
35	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.	практическое занятие
36	Ритмический рисунок. Пластичная гимнастика	практическое занятие
37	Простейшие фигуры в танце.	практическое занятие
38	Простейшие фигуры в танце.	практическое занятие
39	Разучивание движений танца	практическое занятие

40	Театральное занятие	практическое занятие
41	Разучивание движений танца	практическое занятие
42	Отработка сложных движений.	практическое занятие
43	Театральное занятие	практическое занятие
44	Отработка сложных движений.	практическое занятие
45	Упражнения на синхронность.	практическое занятие
46	Упражнения на синхронность.	практическое занятие
47	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	практическое занятие
48	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	практическое занятие
49	Ритмичное исполнение характерных движений под различные мелодии	практическое занятие
50	Ритмичное исполнение характерных движений под различные мелодии	практическое занятие
51	Движения на развитие координации. Упражнения для улучшения гибкости. Разучивание движений	практическое занятие
52	Отработка сложных движений. Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
53	Отработка сложных движений. Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
54	Отработка сложных движений. Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
55	Синхронность и координация танцевальных движений	практическое занятие

56	Отработка сложных движений.	практическое занятие
57	Репетиция танцевальных комбинаций	практическое занятие
58	Итоговое занятие	практическое занятие

### 7-10 класс группа 5 (Ансамбль)

№	Тема и содержание занятия	Форма проведения
1	Правила техники безопасности. Правила поведения на занятиях. Особенности внешнего вида учащегося. Общеразвивающие упражнения	Беседа, практическое занятие
2	Практическое занятие. Разбор в танцевальной музыке.	практическое занятие
3	Практическое занятие. Разбор в танцевальной музыке.	практическое занятие
4	Знакомство с ориентировкой в пространстве	практическое занятие
5	Постановка композиции.	практическое занятие
6	Постановка композиции.	практическое занятие
7	Просмотр видеокассет, дисков. Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
8	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
9	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
10	Разминка. Исполнение простейших танцевальных	практическое

	элементов	занятие
11	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
12	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
13	Постановка корпуса. общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
14	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
15	Театральное занятие	практическое занятие
16	Разучивание движений танца	практическое занятие
17	Разучивание движений танца	практическое занятие
18	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
19	Умения быстро менять направление и характер движения. Ритмический рисунок	практическое занятие
20	Ритмический рисунок	практическое занятие
21	Общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие
22	Общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие
23	Разучивание движений танца.	практическое занятие
24	Основные танцевальные точки, шаги. Разучивание танцевальных шагов	практическое занятие
25	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.	практическое занятие
26	Театральное занятие	практическое

		занятие
27	Ритмический рисунок. Пластичная гимнастика	практическое занятие
28	Простейшие фигуры в танце.	практическое занятие
29	Простейшие фигуры в танце.	практическое занятие
30	Разучивание движений танца	практическое занятие
31	Театральное занятие	практическое занятие
32	Разучивание движений танца	практическое занятие
33	Отработка сложных движений.	практическое занятие
34	Театральное занятие	практическое занятие
35	Отработка сложных движений.	практическое занятие
36	Упражнения на синхронность.	практическое занятие
37	Упражнения на синхронность.	практическое занятие
38	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	практическое занятие
39	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	практическое занятие
40	Ритмичное исполнение характерных движений под различные мелодии	практическое занятие
41	Движения на развитие координации. Упражнения для улучшения гибкости. Разучивание движений	практическое занятие
42	Отработка сложных движений.	практическое занятие

	Изучение рисунка танцевальной композиции	
43	Отработка сложных движений. Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
44	Синхронность и координация танцевальных движений	практическое занятие
45	Синхронность и координация танцевальных движений	
46	Подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций	практическое занятие
47	Подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций	практическое занятие
48	Подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций	практическое занятие
49	Репетиция танцевальных комбинаций	практическое занятие
50	Репетиция танцевальных комбинаций	практическое занятие
51	Отработка сложных движений.	практическое занятие
52	Репетиция танцевальных комбинаций	практическое занятие
53	Итоговое занятие	практическое занятие

### **6-10 класс группа 6 (Солисты)**

№	Тема и содержание занятия	Форма проведения
1	Правила техники безопасности. Правила поведения на занятиях. Особенности внешнего вида учащегося. Общеразвивающие упражнения	Беседа, практическое занятие
2	Практическое занятие. Разбор в танцевальной музыке.	практическое

		занятие
3	Практическое занятие. Разбор в танцевальной музыке.	практическое занятие
4	Знакомство с ориентировкой в пространстве	практическое занятие
5	Знакомство с ориентировкой в пространстве	практическое занятие
6	Напряжение и расслабление мышц в положении лежа, упражнения для улучшения гибкости шеи, упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, упражнения для улучшения подвижности коленных суставов.	практическое занятие
7	Напряжение и расслабление мышц в положении лежа, упражнения для улучшения гибкости шеи, упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, упражнения для улучшения подвижности коленных суставов.	практическое занятие
8	Постановка композиции.	практическое занятие
9	Постановка композиции.	практическое занятие
10	Исполнение образно-игровых движений.	практическое занятие
11	Театральное занятие	практическое занятие
12	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
13	Театральное занятие	практическое занятие
14	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие
15	Разминка. Исполнение простейших танцевальных элементов	практическое занятие

16	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
17	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
18	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание движений танца	практическое занятие
19	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
20	Постановка корпуса. общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
21	Общеразвивающие упражнения.	практическое занятие
22	Театральное занятие	практическое занятие
23	Разучивание движений танца	практическое занятие
24	Разучивание движений танца	практическое занятие
25	Ритмико-гимнастические упражнения. Разучивание основных движений танца	практическое занятие
26	Умения быстро менять направление и характер движения. Ритмический рисунок	практическое занятие
27	Ритмический рисунок	практическое занятие
28	Общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие
29	Общеразвивающие упражнения. Отработка сложных движений.	практическое занятие
30	Разучивание движений танца.	практическое занятие
31	Основные танцевальные точки, шаги. Разучивание танцевальных шагов	практическое занятие

32	Основные танцевальные точки, шаги. Разучивание танцевальных шагов	практическое занятие
33	Театральное занятие	практическое занятие
34	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.	практическое занятие
35	Упражнения для развития плавности и мягкости движений под музыку.	практическое занятие
36	Ритмический рисунок. Пластичная гимнастика	практическое занятие
37	Простейшие фигуры в танце.	практическое занятие
38	Простейшие фигуры в танце.	практическое занятие
39	Разучивание движений танца	практическое занятие
40	Разучивание движений танца	практическое занятие
41	Разучивание движений танца	практическое занятие
42	Отработка сложных движений.	практическое занятие
43	Отработка сложных движений.	практическое занятие
44	Отработка сложных движений.	практическое занятие
45	Упражнения на синхронность.	практическое занятие
46	Театральное занятие	практическое занятие
47	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	практическое занятие
48	Упражнения на дыхание, упражнения для развития	практическое

	правильной осанки	занятие
49	Ритмичное исполнение характерных движений под различные мелодии	практическое занятие
50	Ритмичное исполнение характерных движений под различные мелодии	практическое занятие
51	Движения на развитие координации. Упражнения для улучшения гибкости. Разучивание движений	практическое занятие
52	Отработка сложных движений. Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
53	Отработка сложных движений. Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
54	Отработка сложных движений. Изучение рисунка танцевальной композиции	практическое занятие
55	Синхронность и координация танцевальных движений	практическое занятие
56	Отработка сложных движений.	практическое занятие
57	Итоговое занятие	практическое занятие

## **VII. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

### **Список литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000. 2. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002. 4. Детский фитнес. М., 2006.
5. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 1981. 6. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
7. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 1999.
8. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 1997. 9. «Ритмика. Музыкальное движение», М, «Просвещение», 1972
10. «Основы современного танца», М, «Просвещение», 2005
11. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев, выпуск шестой. М., 1981.
12. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 1986
13. Методика хореографической работы в школе. А. Бондаренко. – Киев, Музыка, 1985. 14. Т.А. Устинова. Русское народное творчество. Серия хореография. – Ленинград.: Искусство, 1976
15. Танцевальная мозаика. С.Л. Слуцкая. – М.: Линка-пресс, 2006.
16. Школа классического танца. В. Костровицкая, А. Писарев, - Ленинград.: Искусство, 1976.
17. «Музыка и движение», М, «Просвещение», 1981
18. «Урок русского народного танца», М, «Просвещение», 1995
19. Зацепина К. «Народно - сценический танец», М, «Просвещение», 1976
20. Климов А., «Основы русского народного танца», М, «Просвещение», 1994
21. Луговская А. «Ритмические упражнения, игры, пляски», М, Просвещение», 1991