

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области
Комитет по образованию администрации города Братска

МБОУ г. Братска "СОШ № 13"

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
учителей начальных
классов
Боева Т.В.
Протокол №1
от 30 августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
на заседании МС МБОУ
«СОШ №13»
Козина А.А.
Протокол № 1
от 31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор МБОУ «СОШ №13»
Чайко В.И.
Приказ № 218
от 01 сентября 2023 г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности**

**для учащихся 1-4 классов
на 2023 – 2024 учебный год**

«Хореография «Пятница 13»

Братск, 2023

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Хореография «Пятниц 13» составлен на основе:

- ✓ Федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования (Приказ Министерства Просвещения РФ от 31.05.2021 года № 287);
- ✓ учебного плана по внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №13» муниципального образования города Братска на 2023-2024 учебный год (приказ № 234 от 01.09.2023).

Художественно - эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса коррекционного образовательного учреждения и является его приоритетным направлением. Для эстетического развития личности ребёнка огромное значение имеет разнообразная художественная деятельность – изобразительная, музыкальная, художественно – речевая и др. Важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, эстетического вкуса, а также творческих способностей. Богатейшее поле для эстетического развития учащихся, а также развитие их творческих способностей представляет танцевальная деятельность.

Танцам отводится особое место в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста, поскольку, являясь выразительным средством обучения, они обеспечивают интенсивную физическую нагрузку, развивают навыки совместных, согласованных действий и творческую активность ребят, а также доставляют им большое удовольствие и радость.

Цель программы - формирование танцевально-ритмических умений и навыков, художественно – эстетических способностей учащихся; воспитание интереса к искусству танца; формирование представления о понятиях общих и специальных в области хореографии.

Задачи программы:

Образовательные:

- научить выполнять упражнения для развития тела;
- обучить музыкальной грамотности средствами хореографии;
- разучить отдельные элементы танца;
- учить логичности и грамотности построения танцевальных движений;
- формировать специальные знания, умения и навыки, необходимые для успешной танцевальной деятельности;
- приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знание детей о танце, его истории.
- познакомить детей с различными видами танцев;
- создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности, а также поэтапного освоения детьми различных видов творчества.

Развивающие:

- развивать у учеников художественный вкус, музыкальность;
- развивать чувство такта, темпа;
- развивать координацию движений, тренировать суставно - мышечный аппарат;
- развивать силу ног, пластичность рук, гибкость тела, эластичность мышц и подвижность суставов;
- развивать лёгкость в выполнении упражнений;
- развивать технику исполнения движений, актёрскую исполнительность;
- развивать индивидуальные творческие способности учащихся;
- развивать творческое воображение;
- развивать коммуникативные качества личности;
- развивать у детей интерес к танцевально - игровой деятельности.

Воспитательные:

- воспитывать чувство уверенности, чувство ответственности;
- воспитывать сосредоточенность на занятиях;
- формировать у воспитанников навыки индивидуальной и коллективной деятельности;
- воспитывать чувство ответственности за дело, волю, аккуратность, дисциплинированность, инициативность, эмоциональную открытость и отзывчивость;
- воспитывать настойчивость в преодолении трудностей, достижении поставленных задач;

- способствовать социокультурному развитию личности воспитанника в процессе учебных занятий, концертных выступлений, музыкально – театральной и досуговой деятельности;
- формировать культуру общения со сверстниками и взрослыми;
- воспитывать нравственные и духовные качества через соответствующий подбор репертуарных произведений.

Основные принципы реализации программы:

1. Принцип индивидуального и дифференцированного подхода предполагает учёт личностных, возрастных особенностей учащихся и уровня их психического и физического развития.

2. Принцип доступности:

- программа ориентирована на всех детей, желающих заниматься танцевальной деятельностью независимо от их способностей; соответствие учебного материала, танцевальных композиций возрасту, интересам и уровню подготовленности учащихся.

3. Принцип систематичности и последовательности:

- курс выстроен по принципу «от простого к сложному»;

- опора на пройденное при изучении нового;

- система проверки знаний, умений, навыков;

- изучаемый материал проходит несколько этапов усвоения: прослушивание музыки-разучивание движений танца - совершенствование - закрепление - исполнение танца

4. Принцип активности и способности к деятельности:

- предполагает активную работу учащихся при руководящей роли педагога. Принцип реализуется в процессе активной учебной, концертной и досуговой деятельности;

6. Принцип самоорганизации, саморегуляции и самовоспитания. Этот принцип реализуется при осознании детьми правил безопасного поведения. Для подкрепления самовоспитания нужен положительный пример взрослых.

7. Принцип развития личности:

- программа предоставляет возможности для творческой самореализации личности учащихся через концертно – исполнительскую, музыкально – театральную, учебно – образовательную деятельность. В процессе обучения при организации принципа развития личности формируются и развиваются как хореографические способности детей, что предоставляет им возможность профессионального самоопределения, так и их личностные качества (эмоциональная открытость, уверенность в себе, раскрепощённость, ответственность за общее дело, коммуникабельность и др.), что создаёт условия для социального, культурного самоопределения и самосознания детей;

Каждый принцип осуществляется в тесной связи друг с другом.

Формы работы:

- музыкально-ритмические занятия;
- беседы по хореографическому искусству;
- праздничные мероприятия.

Программа танцевального кружка направлена на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Настоящая программа предназначена для дополнительного образования в общеобразовательных школах, а также может быть использована на отделениях обще - эстетического образования школ искусств.

Программа первых четырех лет обучения содержит разделы:

- ритмика;
- игры;
- танцевальная азбука (элементы классического, народного и бального танцев);
- танцевальный репертуар;
- беседы по хореографическому искусству.

Срок реализации программы – 4 года

Программа внеурочной деятельности «хореография» рассчитана на 3 час в неделю – 102 часа в год.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы и культур;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирования личного смысла учения;
- развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками, взрослыми, умений не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Метапредметные:

Регулятивные

Дети приобретают опыт выразительно исполнять песни и составлять исполнительский план вокального сочинения исходя из сюжетной линии стихотворного текста, находить нужный характер звучания. Импровизировать «музыкальные разговоры» различного характера.

Познавательные

Учащиеся научатся сочинять короткие мелодии – попевки, определять характер, настроение и жанровую основу песен - попевок, участвовать в коллективной творческой деятельности.

Учащиеся получают возможность научиться выражать собственные мысли, настроения и чувства с помощью музыкальной речи в пении, движении, эмоционально откликаться на музыкальное произведение и выразить свое впечатление.

Коммуникативные

Учащиеся научатся исполнять, инсценировать песни, откликаться на характер музыки пластикой рук, ритмическими хлопками, оценивать собственную музыкально- творческую деятельность.

Учащиеся получают возможность научиться передавать настроение музыки в пластическом движении, пении, давать определения общего характера музыки, воплощать выразительные и изобразительные особенности музыки в исполнительской деятельности.

Предметные:

- выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представление о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умение охарактеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Обучение

Задачи 1 года обучения:

- формировать интерес к танцевальному искусству, знакомя детей с историей танца, прививать основы музыкально-эстетического вкуса;
- развивать специальные музыкальные способности: музыкальный слух, чувство ритма, двигательную память, способность воспринимать музыку и умение передавать характер музыки, различные оттенки настроения;
- формировать интерес к современному танцу и освоить основные движения, шаги, прыжки, элементарные хореографические комбинации, переходы и рисунки;
- развивать творческие способности детей, обогащать их духовный мир;
- развивать творческую активность во всех доступных для детей видах музыкальной деятельности: передаче характерных образов в играх использование разученных танцевальных движений в новых, самостоятельно найденных сочетаниях, импровизации;
- воспитывать любовь и уважение к музыке и танцу, желание слушать и исполнять; настойчивость, силу воли, стремление доводить начатое дело до конца, понимать значение результатов своего творчества.

Задачи 2 года обучения:

- продолжать формировать интерес к танцевальному искусству, прививать основы музыкально-эстетического вкуса;

- продолжать развивать специальные музыкальные способности, умения передавать основные средства музыкальной выразительности посредством пластики, мимики, жестов и движений, развивать навыки выразительного исполнения, актёрское мастерство;

- развивать творческие способности детей, умение импровизировать, анализировать, ориентироваться в стилях;

- воспитывать любовь, уважение к музыке и танцу, самостоятельность, организованность, внимательное отношение друг к другу, формировать стремление применять разученный репертуар в повседневной жизни.

Задачи 3 года обучения:

- продолжать формировать интерес к музыке и танцевальному искусству, прививать основы музыкально-эстетического вкуса;

- продолжать развивать специальные музыкальные способности, музыкальный слух, чувство ритма, пластику движений, навыки выразительного исполнения, актёрское мастерство;

- закреплять ранее изученные вокально-хореографические умения, постепенно их усложняя и разучить новые композиционные постановки, элементы и комбинации движений, шаги, прыжки, переходы и рисунки;

- развивать творческую активность во всех доступных для детей видах музыкальной деятельности: передаче характерных образов в играх использование разученных танцевальных движений в новых, самостоятельно найденных сочетаниях, импровизации.

Задачи 4 года обучения:

- продолжать прививать основы музыкально-эстетического вкуса, формировать интерес к музыке и танцу;

- продолжать развивать хореографические способности, навыки выразительного исполнения, актёрское мастерство;

- разучить новые вокально-хореографические композиционные постановки, элементы и комбинации движений, шаги, прыжки, переходы и рисунки, постепенно их усложняя;

- развивать творческую активность во всех доступных для детей видах музыкальной деятельности, формировать самостоятельность, инициативу и стремление применять разученный репертуар в повседневной жизни;

воспитывать любовь и уважение к музыке и танцу, избирательное отношение к музыке на эстрадно-сценической площадке, телевидении и радио.

Методы и приемы: творческий метод, игровой, наглядно-практический, поточный, метод восхождения от частного к общему, наглядно-слуховой, рассказ, беседа, практический и метод междисциплинарных взаимодействий.

Отличительной особенностью данной программы является индивидуальный и дифференцированный подход при подборе музыкального репертуара для детей, новизна программы заключаются в её составляющих разделах:

- Ритмика;
- Танцевальная азбука;
- Партерная гимнастика;
- Танец;
- Творческая деятельность.

Дети должны знать:

- историю возникновения танца;
- позиции ног и положения рук в танце;
- манеры исполнения танца;
- понятия «ритм», «такт», «музыкальная фраза»;
- правила поведения на сцене;

Дети должны уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- двигаться в такт музыке;
- технически грамотно исполнять фигуры программных танцев;

- использовать в танце приобретенные навыки.

Учебно-тематический план

Темы разделов	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Ритмика	18	39	39	39
Танцевальная азбука	24	15	15	15
Партерная гимнастика	24	12	12	12
Танец	18	21	21	21
Творческая деятельность	18	15	15	15
Итого	102	102	102	102

Содержание курса

Программа предусматривает работу с детьми по двум направлениям: теоретический – познание хореографического искусства и практический – выражение личностного восприятия и эмоционального исполнения.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получать дети в процессе обучения. Знания по музыкальной грамоте, выразительному языку танцев, знание о характерных чертах и истории танцевальных культур различных эпохи народов, знания по танцевальному этикету.

В практическую часть входит перечень умений и навыков, упражнений, движений и танцев:

-*Раздел "Ритмика"* включает ритмические упражнения и музыкальные игры, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

-*Раздел "Танцевальная азбука"* включает изучение основных позиций и движений классического, и народного танца. Эти упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, воспитывают осанку, помогают усвоить основные правила хореографии.

-*Раздел "Партерная гимнастика"* дает возможность сохранить и улучшить здоровье ребенка; устранить и предупредить физические недостатки - сутулость, косолапость, плоскостопие, искривление позвоночника; развить правильную осанку, гибкость и силу тела, выносливость.

-*Раздел "Танец"* включает в себя изучение танцевальных движений, которые складываются в рабочие комбинации; разучивание народных плясок, современных, балльных и массовых танцев; разыгрываются этюды с воображаемыми предметами и этюды на развитие актерского мастерства.

-*Раздел "Творческая деятельность"* включает в себя проведение музыкально танцевальных игр, а также самостоятельную работу учащихся.

Система упражнений, выстроенная от простого к сложному, с учетом основных педагогических принципов (систематичность, постепенность, последовательность) при условии многократного повторения заданий помогает успешному выполнению и усвоению требований программы.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа воспитания реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности образовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС и отражает готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретать первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части:

– **гражданского воспитания**, способствующего формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры.

– **патриотического воспитания**, основанного на воспитании любви к родному краю,

Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности.

– **духовно-нравственного воспитания** на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков.

– **эстетического воспитания**, способствующего формированию эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства.

– **физического воспитания**, ориентированного на формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия - развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

– **трудового воспитания**, основанного на воспитании уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности.

– **экологического воспитания**, способствующего формированию экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды.

– **ценности научного познания**, ориентированного на воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

**Тематическое планирование
1 класс**

№	Программное содержание	Количество часов
Раздел 1	Ритмика	18
Тема	«Подготовка к занятиям»	18
1	Танец в нашей жизни (беседа). Для чего нужен танец. Как научиться танцевать.	3
2	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.	3
3	Игры – превращения («деревянные и тряпичные куклы», «цветочек», «Верёвочки», «мельница»). Приставной шаг.	3
4	Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс.	3
5	Что такое разминка. Зачем она нужна.	3
6	Осанка. Упражнения на осанку.	3
Раздел 2	Танцевальная азбука	24
Тема	«Основы танца - залог успеха»	12
1	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза» - муз. Чайковского.	3
2	Позиции рук. Позиции ног.	3
3	Положение рук в народных танцах: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.	6
Тема	«Ходьба разного характера»	12

1	Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный). Марш со сменой ведущих(расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук). Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях. Песня о Родине И. Дунаевского (закрепление изученных шагов).	3
2		
3		3
4		6
Раздел 3	Партерная гимнастика	21
Тема	«Движения в соответствии с характером музыки	12
1	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. «Мячики» -этюд муз. Шитте.	3
2		3
3		6
Тема	«Упражнения для рук»	9
1	Ветерок и ветер. Мельница. «Лендлер»- Бетховен. «Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Импровизации. «Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	3
2		3
3		3
Раздел 4	Танец	18
Тема	«Виды танца»	18
1	Изучение основных построений и рисунков танцев (элементы классического, народного и бального танцев) с их отличительными элементами.	18
Раздел 5	Творческая деятельность	18
1	Отработка и детальный разбор номера. Отработка всего номера.	18
	Итого	102

2 класс

№	Программное содержание	Количество часов
Раздел 1	Ритмика	18
Тема	«Подготовка к занятиям»	18
1	Танец в нашей жизни (беседа). Для чего нужен танец. Как научиться танцевать.	3
2	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.	3
3	Игры – превращения («деревянные и тряпичные куклы», «цветочек», «Верёвочки», «мельница»). Приставной шаг.	3

4	Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс.	3
5	Что такое разминка. Зачем она нужна.	3
6	Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения.	3
Раздел 2	Танцевальная азбука	24
Тема	«Основа танца - залог успеха»	12
1	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза» - муз. Чайковского.	3
2	Позиции рук. Позиции ног.	3
3	Положение рук в народных танцах: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.	6
Тема	«Ходьба разного характера»	12
1	Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный). Марш со сменой ведущих(расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук).	3
2		
3	Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях.	3
4	Песня о Родине И. Дунаевского (закрепление изученных шагов).	6
Раздел 3	Партерная гимнастика	21
Тема	«Движения в соответствии с характером музыки	12
1	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	3
2	Пружинящий шаг.	3
3	Бег, галоп, поскоки. «Мячики» - этюд муз. Шитте.	6
Тема	«Упражнения для рук»	9
1	Ветерок и ветер. Мельница. «Лендлер»- Бетховен.	3
2	«Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Импровизации.	3

3	«Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	3
Раздел 4	Танец	18
Тема	«Виды танца»	18
1	Изучение основных построений и рисунков танцев (элементы классического, народного и бального танцев) с их отличительными элементами.	18
Раздел 5	Творческая деятельность	21
1	Отработка и детальный разбор номера. Отработка всего номера.	18
	Итого	102

3 класс

№	Программное содержание	Количество часов
Раздел 1	Ритмика	18
Тема	«Подготовка к занятиям»	18
1	Танец в нашей жизни (беседа). Для чего нужен танец. Как научиться танцевать.	3
2	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.	3
3	Игры – превращения («деревянные и тряпичные куклы», «цветочек», «Верёвочки», «мельница»). Приставной шаг.	3
4	Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс.	3
5	Что такое разминка. Зачем она нужна.	3
6	Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения.	3
Раздел 2	Танцевальная азбука	24
Тема	«Основа танца - залог успеха»	12
1	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза» - муз. Чайковского.	3
2	Позиции рук. Позиции ног.	3
3	Положение рук в народных танцах: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.	6

Тема	«Ходьба разного характера»	12
1	Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный). Марш со сменой ведущих(расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук).	3
2		
3	Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях.	3
4	Песня о Родине И. Дунаевского (закрепление изученных шагов).	6
Раздел 3	Партерная гимнастика	21
Тема	«Движения в соответствии с характером музыки	12
1	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	3
2	Пружинящий шаг.	3
3	Бег, галоп, поскоки. «Мячики» -этюд муз. Шитте.	6
Тема	«Упражнения для рук»	9
1	Ветерок и ветер. Мельница. «Лендлер»- Бетховен.	3
2	«Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Импровизации.	3
3	«Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	3
Раздел 4	Танец	18
Тема	«Виды танца»	18
1	Изучение основных построений и рисунков танцев (элементы классического, народного и бального танцев) с их отличительными элементами.	18
Раздел 5	Творческая деятельность	21
1	Отработка и детальный разбор номера. Отработка всего номера.	21
	Итого	102

4 класс

№	Программное содержание	Количество часов
Раздел 1	Ритмика	18
Тема	«Подготовка к занятиям»	18
1	Танец в нашей жизни (беседа). Для чего нужен танец. Как научиться танцевать.	3
2	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.	3

3	Игры – превращения («деревянные и тряпичные куклы», «цветочек», «Верёвочки», «мельница»). Приставной шаг.	3
4	Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс.	3
5	Что такое разминка. Зачем она нужна.	3
6	Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения.	3
Раздел 2	Танцевальная азбука	24
Тема	«Основа танца - залог успеха»	12
1	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза» - муз. Чайковского.	3
2	Позиции рук. Позиции ног.	3
3	Положение рук в народных танцах: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.	6
Тема	«Ходьба разного характера»	12
1	Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный). Марш со сменой ведущих(расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук).	3
2		
3	Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях.	3
4	Песня о Родине И. Дунаевского (закрепление изученных шагов).	6
Раздел 3	Партерная гимнастика	21
Тема	«Движения в соответствии с характером музыки	12
1	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	3
2	Пружинящий шаг.	3
3	Бег, галоп, поскоки. «Мячики» -этюд муз. Шитте.	6
Тема	«Упражнения для рук»	9
1	Ветерок и ветер. Мельница. «Лендлер»- Бетховен. «Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки».	3

2	Импровизации.	3
3	«Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	3
Раздел 4	Танец	24
Тема	«Виды танца»	24
1	Изучение основных построений и рисунков танцев (элементы классического, народного и бального танцев) с их отличительными элементами.	24
Раздел 5	Творческая деятельность	24
1	Отработка и детальный разбор номера. Отработка всего номера.	24
	Итого	102

Ожидаемые результаты работы

Учащиеся 1 года обучения должны:

- уметь слушать музыку, понимать её характер, настроение, знать музыкальные понятия: ритм, темп (быстро, медленно, умеренно), динамика (громко-тихо, высоко-низко), характер музыкального произведения (бодрый, весёлый, печальный, грустный) и выражать их с помощью пластики, мимики, жестов, движений;
- знать о роли и значении занятий хореографией, о влиянии их на здоровье, знать о причинах возникновения травм во время занятий, о профилактике травматизма;
- следить за правильным положением корпуса, головы во время движения; знать названия основных хореографических понятий, шагов, прыжков, комбинаций и уметь их выполнять;
- освоить комплексы дыхательных, музыкально-ритмических, ритмико-гимнастических упражнений, комплексы упражнений на формирование правильной осанки, комплексы партерного экзерсиса, а также простейшие подражательные движения, играть в игры креативного характера;
- участвовать в 2-3 вокально-хореографических постановках.

Учащиеся 2 года обучения должны:

- уметь слушать музыку, передавать её характер и настроение через выразительно-исполнительские навыки;
- знать основные музыкальные термины, определяющие характер музыки (6-7 определений), понятия – сильная, слабая доли, названия основных хореографических движений, уметь выполнять основные элементы эстрадного танца, движения, шаги, прыжки, элементарные хореографические комбинации, переходы и рисунки;
- уметь выполнять комплексы дыхательных, музыкально-ритмических, ритмико-гимнастических упражнений, комплексы упражнений на формирование правильной осанки, комплексы партерного экзерсиса, а также простейшие подражательные движения, играть в игры креативного характера;
- уметь выполнять основные элементы эстрадного танца, движения, шаги, прыжки, хореографические комбинации, переходы и рисунки;
- следить за правильным положением корпуса, головы во время движения; знать о причинах возникновения травм во время занятий, о профилактике травматизма;
- участвовать в 2-3 вокально-хореографических постановках.

Учащиеся 3 года обучения должны:

- уметь слушать музыку, понимать её характер, настроение, знать музыкальные термины, определяющие характер музыки (7-8 определений), понятия – сильная, слабая доли, и выражать их с помощью пластики, мимики, жестов, движений;
- знать названия танцевальных шагов, хореографических понятий, элементов, позиций, комбинаций (эстрадного, классического и народного направления);
- следить за правильным положением корпуса, головы во время движения;
- знать о положительной роли вокально-хоровых и хореографических занятий на общее психологическое и физическое состояние организма;

- Уметь выполнять основные элементы эстрадного танца, движения, шаги, прыжки, хореографические комбинации, переходы и рисунки в усложнённых вариантах;
- выполнять комплексы дыхательных, ритмико-гимнастических, музыкально-ритмических упражнений, комплексы упражнений на формирование правильной осанки, комплексы партерного экзерсиса, стрейчинга;
- участвовать в 3-4 вокально-хореографических постановках.

Учащиеся 4 года обучения должны:

- знать основные музыкальные термины, определяющие характер музыки;
- уметь выполнять основные элементы эстрадного танца, движения, шаги, прыжки, хореографические комбинации, переходы и рисунки в усложнённых вариантах (эстрадного, классического и народного направления);
- знать о причинах возникновения травм во время занятий, о профилактике травматизма;
- выполнять комплексы дыхательных, ритмико-гимнастических, музыкально-ритмических упражнений, комплексы упражнений на формирование правильной осанки;
- свободно двигаться под музыку различного характера, импровизировать на свободную или заданную тему, на темы классической, народной и современной музыки, играть в игры креативного характера, выражать в пластике общее содержание музыки, ее образные ассоциации;
- участвовать в 4-5 вокально-хореографических постановках.

Формы подведения итогов: урок-концерт, открытое занятие, выступление.

Учебно-методическое и материально техническое

Печатные пособия	<p>Ильенко, Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы / Л. П. Ильенко. – М.,2001г. Минский, Е.М. От игр к занятиям / Е. М. Минский. – М.,1982г.</p> <p>Никитин, Б. Развивающие игры / Б. Никитин. – М.,1985г. Пуртова, Т. Учите детей танцевать / Т. Пуртова, А. Беликова. – М., «Владос», 2004г. Роот, З.Я. Танцы в начальной школе / З. Я. Роот. – М.: Айрис Пресс,2006г. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика» - Москва: «Просвещение», 1989г.; Сосина В.Ю. «Азбука ритмической гимнастики» - Киев: «Здоровье», 1986г.; Федорова Г. Танцы для развития детей. М., 2000.</p>
Технические средства	<p>Оборудованный хореографический класс, музыкальная аппаратура, интерактивная доска, персональный компьютер мультимедийный проектор, сканер, принтер</p>