

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

КОГОАУ «Гимназия № 1» г. Кирово-Чепецка

УТВЕРЖДЕНО

директор

Ходырев А.П.

Приказ №379а

от «01» сентября 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Ритмика»

для обучающихся 4 классов

Кирово-Чепецк 2025

Пояснительная записка

Настоящая программа соответствует ФГОС НОО второго поколения и рассчитана на четырёхлетний курс обучения, с учетом рабочей программы воспитания гимназии.

За основу программы взята типовая образовательная программа Е.И. Мошковой «Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы», Москва, Просвещение 2010г. Программа включает в себя: ритмику в 1-х - 4-х классах.

Данная рабочая программа предоставляет учащимся возможность освоить материал курса на базовом уровне, что соответствует 1-му учебному часу в неделю.

Предметом обучения ритмике в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учетом этих особенностей **целью** программы по ритмике является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- Совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения играм-превращениям и на внимание, физическим и танцевальным упражнениям, и техническим действиям детского танца;
- Формирование общих представлений о ритмике, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и развитии определенных способностей (рефлексия, целеполагание, планирование) для дальнейшего саморазвития и самовоспитания, активизация защитных сил организма детей, овладение навыками управления своим телом, развитие и высвобождение скрытых творческих и оздоровительных возможностей;
- Развитие интереса к дополнительным занятиям бальным танцем, формам активного отдыха и досуга;
- Обучение основам ритмики, составлению простых композиций.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по ритмике являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения работать в паре, активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Данная рабочая программа предоставляет учащимся возможность освоить материал курса на базовом уровне, что соответствует 1-му учебному часу в неделю.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по ритмике являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Личностные результаты отражают сформированность, в том числе в части:

1. Гражданского воспитания, которое включает:

- формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;

- развитие культуры межнационального общения;

- формирование приверженности идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов;

- воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

- развитие правовой и политической культуры детей, расширение конструктивного участия в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

- развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;

- формирование стабильной системы нравственных и смысловых установок личности, позволяющих противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, коррупции, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

- разработку и реализацию программ воспитания, способствующих правовой, социальной и культурной адаптации детей, в том числе детей из семей мигрантов.

2. Патриотического воспитания, которое предусматривает:

- формирование российской гражданской идентичности;

- формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военнопатриотического воспитания;

- формирование умения ориентироваться в современных общественнополитических процессах, происходящих в России и мире, а также

осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;

- развитие уважения к таким символам государства, как герб, флаг, гимн Российской Федерации, к историческим символам и памятникам Отечества;
- развитие поисковой и краеведческой деятельности, детского познавательного туризма.

3. Духовно-нравственного воспитания, которое осуществляется за счет:

- развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;
- развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;
- содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов;
- оказания помощи детям в выработке моделей поведения в различных трудных жизненных ситуациях, в том числе проблемных, стрессовых и конфликтных.

4. Эстетического воспитания, которое предполагает:

- приобщение к уникальному российскому культурному наследию, в том числе литературному, музыкальному, художественному, театральному и кинематографическому;
- создание равных для всех детей возможностей доступа к культурным ценностям;
- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
- приобщение к классическим и современным высокохудожественным отечественным и мировым произведениям искусства и литературы;
- популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей;
- сохранение, поддержки и развитие этнических культурных традиций и народного творчества.

5. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия, которое включает:

- формирование ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
- формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;
- развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек.

6. Трудового воспитания, которое реализуется посредством:

- воспитания уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям;
- формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей;
- развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;

- содействия профессиональному самоопределению, приобщения к социально значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

7. Экологического воспитания, которое включает:

- развитие экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;
- воспитание чувства ответственности за состояние природных ресурсов, умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии.

8. Ценностей научного познания, что подразумевает:

- содействие повышению привлекательности науки для подрастающего поколения, поддержку научно-технического творчества детей;
- создание условий для получения детьми достоверной информации о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, повышения заинтересованности подрастающего поколения в научных познаниях об устройстве мира и общества.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по ритмике являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов танцевального спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по спортивному танцу являются следующие умения:

- планировать занятия танцевальными упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств спортивного танца;
- излагать факты истории развития танцевального спорта, характеризовать его роль и значение в жизнедеятельности человека;

- представлять ритмику как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять основные движения и танцевальные композиции на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов танцевального спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся вариативных условиях.

Уроки ритмики органично входят в систему РО и дополняют учебный процесс в гимназии.

Содержание учебного предмета «Ритмика» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Но чтобы достичь определенных результатов, ребенок должен быть здоров. Задача здоровья ребенка делает необходимым поиск новых методик преподавания, основывающихся на физиологических возможностях растущего организма. Уроки ритмики призваны помочь расширить функциональные возможности ученика, повысить их работоспособность, укрепить здоровье.

Бальный танец – вид искусства, создающий красоту своеобразными выразительными средствами: пластическими и музыкальными, динамическими и ритмическими, зримыми и слышимыми. Танец создает своеобразное общение, и сам выступает как язык общения. Неформальное общение в танце – это форма познания мира окружающих людей и самого себя.

Поэтому уроки ритмики органично входят в систему РО и дополняют учебный процесс в гимназии.

Одной из главных задач гимназии является создание оптимальных условий для физического, интеллектуального и культурного саморазвития.

Задачей начального звена является формирование у ребенка определенных способностей (рефлексия, целеполагание, планирование) для дальнейшего саморазвития и самовоспитания, активизация защитных сил организма детей, овладение навыками управления своим телом, развитие и высвобождение скрытых творческих и оздоровительных возможностей.

Но чтобы достичь определенных результатов, ребенок должен быть здоров. Задача здоровья ребенка делает необходимым поиск новых методик преподавания, основывающихся на физиологических возможностях растущего организма. Уроки ритмики призваны помочь расширить функциональные возможности ученика, повысить их работоспособность, укрепить здоровье.

Задачи курса

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется патентный период двигательной реакции; в результате длительного поддерживания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Одной из важных задач урока является восполнение основной биологической потребности ребенка – двигательной активности.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Правильное, прямое положение тела на уроке требует постоянного напряжения мышц, а неправильная поза усиливает нагрузку на кости, связки и костные соединения.

Детские кости требуют лучшего кровоснабжения, обладают меньшей сопротивляемостью костным заболеваниям, чем у взрослых. Поэтому занятия ритмикой и бальным танцем очень важны для улучшения осанки, укрепления костей и повышения тонуса мышц.

Урок «Ритмики» способствует многим детям различать правую и левую стороны тела, что является важной предпосылкой для других видов обучения.

Выполнение программы обеспечивает решение следующих задач:

- 1) создание эмоционального настроения у детей во время занятий;
- 2) обучение музыкально-ритмическим навыкам: умению выразительно и непринужденно двигаться в соответствии с музыкальным образом; разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами, ускорять и замедлять движения; отмечать в движении метр, акценты, ритмический рисунок; менять движения в соответствии с музыкальными фразами; самостоятельно начать движение после вступления;

3) обучение музыкально-пространственным навыкам: маршировка в темпе и ритме музыки - шаг на месте, в движении, с перестроением из круга, в колонну по 1,2,4, по диагонали;

4) добиваться, чтобы движения у детей были естественными, непринужденными, выразительными. Вырабатывать активную реакцию на музыку, умение эмоционально, образно передать в движениях настроение, чувство, развитие сюжетной линии, которая заложена в характере программной музыки;

5) развивать гибкость, укреплять опорно-двигательный аппарат;

6) осваивать танцевальную азбуку (основные шаги, элементы бального танца), специфики танцевальной терминологии. Знакомиться с историей возникновения и развития спортивных танцев;

7) воспитывать у учащихся нравственные качества: умение танцевать в паре, пригласить на танец, относиться друг к другу с уважением.

Методические аспекты освоения программы.

Основным в освоении программы ритмики являются принципы «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущениям».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Далее учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Здесь прослеживается тесная взаимосвязь с уроками музыки. Дети осваивают ритмический рисунок той или иной танцевальной мелодии, знакомятся с музыкальными темпами, эмоциональной окраской музыкальных произведений. Освоение танцевальных элементов происходит постепенно, поэтому иногда можно идти по пути параллельно освоению фигур, т. е. не ждать, пока будет освоена полностью одна фигура, а работать сразу над несколькими элементами одинаковой сложности. В результате такой работы у учащихся расширяется двигательный «кругозор», и освоение танца в целом происходит быстрее.

Освоение танца с достаточно сложной координацией (например, латиноамериканского) происходит постепенно, путем протанцовывания в медленном темпе или в полтемпа под ту же музыку. Рекомендуется и после освоения фигуры при потере техничности возвращаться к медленному темпу. Перемена темпа еще более развивает чувство ритма.

Дети быстрее осваивают движение, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию, свойственная в детском возрасте, позволяет учащемуся считывать движения. Но необходимо также развивать способность самостоятельно выполнять движения, слушая музыку и не глядя на соседа. При этом надо объяснить, почему нельзя смотреть на соседа (тот может ошибиться). Разбирая ошибки, педагог должен помнить, что в памяти остается последний вариант, и заканчивать разбор ошибки всегда правильным вариантом.

Важнейший аспект – постановка в пары. Здесь педагог должен руководствоваться не только антропометрическими данными, но и психологическими и внешними. Известно, что внешность определяет сущность, и чаще всего станцовываются похожие люди, похожие не только внешне, но и по характеру, темпераменту. У педагога очень ответственная и деликатная роль – правильно поставить в пары и, если требуется, вовремя заменить партнеров, чтобы сохранить интерес к занятиям, создать новые, более совершенные дуэты.

Не менее сложным является научить двигаться в паре. Здесь необходимо подвести учащихся к изменению мироощущений из «я» в «мы», потому что, только ощущая себя «вместе», можно справиться с техническими рекомендациями по исполнению парной фигуры.

В танцах со сложной координацией, особенно в латиноамериканской программе, необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец «начинается от пола», и следует показывать и объяснять в последовательности:

- куда наступаем (как перенести вес);
- как ставить ногу (как работает стопа);
- что делает корпус;
- как танцуют руки;
- куда направлен взгляд (что делает голова)

Информация наслаивается одна на другую, и если, на каком-то этапе вдруг начинает пропадать уже достигнутое, необходимо на время вернуться назад и еще раз подойти к нужному рубежу.

Дети младшего возраста, мыслят образами, и, в отличие от детей среднего возраста и старшеклассников, они не могут понять логики и конкретности законов движения. Поэтому необходимо сформировать привычки и навыки на эмоциональном уровне, играя с ними в те или иные образы.

Дети, более старшего, возраста способны осмыслить свои действия, и это надо использовать и развивать, объясняя, для чего мы то или иное делаем: «В танцах ничего не бывает просто так». Им лучше объяснять конкретнее: какие мышцы и как надо включать в работу, как правильно перенести вес с ноги на ногу в движении. Когда усвоена техника, можно перейти к ритмической окраске и в область ощущений, ассоциаций. Только осознав и осмыслив значение того или иного приема, учащийся встает на более высокую ступень совершенства и собственного творчества.

Успешное выполнение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятиях такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с учащимися на принципах сотворчества, содружества, общего интереса к делу, чутко реагирует на восприятие учащихся и, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает учащихся к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

В гимназии имеется хореографический зал, соответственно оборудован. Занятия проводятся раз в неделю продолжительностью по 40 минут.

Урок в 1-х классах строится следующим образом:

1. Разминка на середине;
2. Разучивание и отработка танцевальных шагов на середине;
3. Танцевальные связки, композиции детских танцев;
4. Игры – превращения.

Урок во 2-4-х классах строится следующим образом:

1. Разминка на середине;
2. Разучивание основных шагов, движений, танцевальных элементов и их отработка.
3. Составление танцевальных связок (композиций).
4. Повторение разученных танцевальных композиций.

Таким образом, на каждом уроке умело сочетается материал программы, например, разминка – 10 минут, элементы танцевальной азбуки – 15-20 минут, разучивание танцев и закрепление пройденного материала – 15-20 минут. Все это чередуется не механически, а соединяется органично и пронизано единым педагогическим замыслом урока.

По степени сложности можно рекомендовать для каждого возрастного состава свой программный набор танцев. Некоторые композиции содержат несколько вариаций, что позволяет использовать их для различного возрастного состава и степени подготовки.

Педагогом проявляется определенная гибкость в подходе к каждой конкретной группе учащихся, творчески решаются вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности учащихся. Педагог может перенести изучение того или иного программного материала на следующую четверть или вовсе исключить из программы те движения, разучивание которых окажется недоступным данной группе в связи с ограниченностью возможностей учащихся. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы.

Учитель не ставит своей целью выучить и натренировать пары для участия в рейтинговых и международных конкурсах бального танца, т.к. это в условиях общего среднего образования за один час занятий в неделю невозможно. Но открыть перед учащимися мир бального танца, приобщить их к этому прекрасному виду искусства и

спорта одновременно, научить элементарным основам танца, т.е. создать фундамент для более серьезного увлечения, представляется необходимым.

Танцуя в паре, ребенок многому учится, и многое приобретает: вырабатывается и развивается не только коммуникабельность, взаимовыручка, умение настроиться на партнера, контроль над собой, но и культура общения в танце с преподавателем, со зрителем.

Главной особенностью данного курса является то, что он включает детски и бальные танцы, которые являются общепринятыми во всем мире и официально признаны как вид спорта. Их знает и умеет танцевать все цивилизованное общество, и они являются неотъемлемой частью общечеловеческой культуры. Учащиеся постигают язык бального танца, с помощью которого могут общаться люди, не зная, разговорного языка друг друга.

Мы рассматриваем уроки бального танца как органическую часть системы образования, воспитания и развития личности ребенка в гимназии.

Основной материал программного содержания уроков бального танца 1-го класса

Занятия проводятся в чистом, проветренном помещении, дети одеты по возможности легко, на ногах чешки.

В каждом классе 20 детей.

Положительный эмоциональный фон, позитивное отношение к занятиям, улыбка, радость, делают занятия особенно эффективными.

Преподаватель учит удерживать внимание детей на определенных мысленных образах, делать представления яркими, живыми.

Управление вниманием начинается с концентрации на реальных ощущениях, восприятиях (мышечных, зрительных, слуховых).

В каждом занятии обязательно сочетание динамических (разминка, танец) и статических (упражнения) форм работы мышц.

Всякое движение может и должно компенсироваться контр движением. Мышцы, находящиеся под напряжением, нужно регулярно укреплять путем растягивания и расслабления.

Все упражнения основаны на чередовании напряжения и расслабления мышц. При растяжках и расслаблениях преподаватель создает обратную связь, т.е. обращает внимание на состояние данной группы мышц и всего тела.

Не следует выполнять несколько упражнений подряд на сходные группы мышц.

Позвоночник должен растягиваться в различных направлениях, чтобы не стать скованным.

Растягивание должно быть не резким, без лишнего усилия, не приносящим беспокойства и неприятных ощущений. Движения мягкие, медленные, контролируемые телом.

Чтобы научиться расслабляться, нужно научиться предельно напрягаться.

Вводить в сюжетно-ролевые игры мимические упражнения: удивление, страх, гнев, презрение, радость и т.д.

Все упражнения выполняются под соответствующую четкую музыку. Преподаватель добивается ритмизации двигательной деятельности детей.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ РИТМИКИ В 1-ОМ КЛАССЕ

- Дети строятся. Проверяется правильность осанки детей, здороваются с преподавателем (общий поклон, реверанс, мужской поклон).

- В первой (вводной) части ставится задача подготовить организм ребенка к выполнению более сложных и интенсивных упражнений в последующей (основной) части занятия. В этой части используются упражнения на середине, оказывающие физиологическое воздействие на организм ребенка, воспитываются физические качества детей.

- В основной части занятия решаются задачи постепенного перехода организма ребенка к другим видам деятельности. Проводится разучивания танцевальных движений и композиций под счёт и под музыку. Выполнение простых танцевальных движений расширяет двигательные навыки детей, приучает их координировать свои движения, согласно музыки, создает дополнительный положительный фон и настрой.

- Когда танец выучен, дети учатся выполнять его в парах по кругу.

- В заключительной части урока проводятся подвижные игры, позволяющие активизировать действия детей, развивать их внимание.

- Заканчиваются занятия подведением итога стараний детей, после чего они прощаются с преподавателем (девочки реверансом, мальчики мужским поклоном) и организованно (не обязательно в строгом построении) уходят из зала.

Перечень знаний учащихся

№	Перечень знаний	Ит	Пт	Шт
1	Постановка корпуса, рук, ног, головы	+	+	+
2	Позиции ног (6,1,3)	+	+	+
3	Позиции рук (подготовительная,1,2)	+	+	+
4	Понятие о строении музыкального произведения: вступление, части, музыкальная фраза, заключение. Темп музыки (медленно, умеренно, быстро). Музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4)	+	+	+
5	Ритмический рисунок в хлопках.	+	+	+
6	Графический рисунок (колонны, шеренги, круг, движение по	+	+	+
7	линии танца, против линии танца, в центр круга, из круга)	+	+	+

Перечень умений учащихся

№	Перечень умений	Іт	ІІт	ІІІт
1	Основные шаги: марш, простой шаг с носка, на п/п, на пяточках, шаг-пике, с подъёмом колена, шаг с точкой, бег.	+	+	+
2	Разминка в современных ритмах Упражнения на укрепление: - мышц спины и брюшного пресса: - мышц туловища; - мышц тазового пояса, бедер, ног; - стоп; - мышц плечевого пояса	+	+	+
3	Упражнения для тренировки равновесия — разминка по кругу	+	+	+
4	Танцевальные композиции: «Вару-вару», «Здравствуй, Новый год», «Лявониha», «Кадриль», «Падеграс»	+	+	+
5	Игровые импровизации: «На бабушкином дворе», «Мы играем», «Лесная зверобика», игры на внимание: «3-13-30», «горячая картошка» и др.	+	+	+

Ожидаемые результаты (музыкальные игры-превращения)

№	Перечень постановок	Іт	ІІт	ІІІт
1	«Вару-вару»	+		
2	«Здравствуй, Новый год»,	+	+	
3	«Лявониha»,		+	
4	«Кадриль»,			+
56	«Падеграс»			+

Календарно-тематический план

№	Название раздела, темы, урока	Кол-во часов	Тип урока	дата		Элементы содержания изучаемого материала в соответствии с ФГОС	Основные направления воспитательной деятельности
				По плану	Факт		
1	Вводный урок, инструктаж по ТБ, правила поведения. Игры на внимание	1 час	комбинированный	сентябрь		Правила предупреждения травматизма во время занятий спортивным танцем; организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. Организация и проведение подвижных игр.	1.1 3.4
2	Графический рисунок (колонны, шеренги, круг, движение по линии танца, против линии танца, в центр круга, из круга) Игры.	1 час	комбинированный	сентябрь		Организующие команды Организация и проведение подвижных игр.	1.1 3.4
3	Упражнения на середине (разминка), оказывающие физиологическое воздействие на	7 часов	комбинированный	сентябрь октябрь ноябрь		Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.	1.1 3.1 3.4 5.2

	<p>организм ребенка, воспитываются физические качества детей.</p> <p>«Вару-вару»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приставные шаги ВП и ВЛ, • прыжки с выносом ноги вперед; • плие с поворотом и выносом ноги на каблук; • хлопки ПР и ЛР <p>Игры на внимание.</p>					<p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	
4.	<p>Упражнения на середине (разминка) Разминка по кругу:</p> <p>«Здравствуй, Новый Год»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • шаги по кругу ВП и ВЛ, • шаги круг, из круга; 	6 часов	комбинированный	Ноябрь Декабрь		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств. Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2

	<ul style="list-style-type: none"> • приставные шаги с плие • Поворот на п/п вправо. <p>Игры-превращения</p>						
5	<p>Упражнения на середине (разминка) Разминка по кругу: игра превращение</p> <p>Лявониха: шаги с притопом по ЛН; и против ЛТ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • шаги с притопом в круг и из круга • повороты в паре с притопом ВП и ВЛ <p>Игры на внимание.</p>	6 часов	комбинированный	Январь Февраль		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2
6	<p>Упражнения на середине (разминка) Разминка по кругу:</p>	6 часов	комбинированный	Февраль Март Апрель		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p>	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2

	<p>«Кадриль»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • шаги по кругу ВП и ВЛ, • прыжки с поворотом и подъемом ноги назад; • шаги в круг, из круга (лодочки); • до-за-до; • окошечко; • поворот Д под рукой М. <p>Игры на внимание.</p>					<p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	
7	<p>Упражнения на середине (разминка) Разминка по кругу:</p> <p>«Падеграс»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приставные шаги с плие ВП и ВЛ, выносом ноги вперед; • шаги вперед с плие и выносом ноги вперед; 	5 часов	комбинированный	Апрель Май		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств. Организация и разучивание танцевальных композиций.</p>	<p>3.1 3.4 4.2 5.1 5.2</p>

	<ul style="list-style-type: none"> шаги с плие ВП и ВЛ, выносом ноги вперед лицом друг к другу; шаги с плие по кругу в паре с выносом ноги вперед; Игры на внимание.					Организация и проведение подвижных игр.	
	Упражнения на середине (разминка) Контрольный показ изученных танцевальных композиций. Игры.	1 час		май		Физические упражнения, их влияние на физическое. Организация показа изученных танцевальных композиций. Организация и проведение подвижных игр.	
	Всего	33 часа					

Основной материал программного содержания уроков спортивного танца во 2-м классе

Танец нужен нам как вид искусства, создающий красоту своеобразными, динамическими и ритмическими, зримыми и слышимыми, поэтому программа второго года выдвигает следующие задачи:

- научить ритмично двигаться, в соответствии с различным характером музыки, динамики; переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, отмечать в движении метр (сильную долю такта); запоминать ритмический рисунок в хлопках, простых дробях;
- закреплять понятие о строении музыкального произведения: вступление, части, музыкальная фраза, заключение;
- правильно соблюдать ритмический рисунок танца: движение по линии танца, центр и интервал, симметрия и асимметрия рисунка танца. Различие построения и перестроения. Перед выполнением движений правильно занимать исходное положение, соблюдение координации рук, ног, головы, правильной осанки;
- самостоятельно начинать и заканчивать движение;
- грамотно работать руками при выполнении того или иного движения, переводить руки из одного положения в другое;
- добиваться не просто усвоения какого-либо движения, а качественного, выразительного его исполнения.

Перечень знаний учащихся

№	Перечень знаний	Іт	ІІт	ІІІт
1	Постановка корпуса, рук, ног, головы	+	+	+
2	Позиции ног (6,1,3)	+	+	+
3	Позиции рук	+	+	+
4	Понятие о строении музыкального произведения: вступление, части, музыкальная фраза, заключение. Темп музыки (медленно, умеренно, быстро). Музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4)	+	+	+
5	Ритмический рисунок в хлопках.	+	+	+
6	Графический рисунок (колонны, шеренги, круг, движение по линии танца, против линии танца, в центр круга, из круга)	+	+	+
7	История танца: - «Сударушка» - «Полька» - «Русский лирический»	+	+	+

Перечень умений учащихся

№	Перечень умений	IТ	IIТ	IIIТ
1	Основные шаги:	+	+	+
	Разминка в современных ритмах	+	+	+
	Основные движения:	+	+	+
2	Сударушка			
	- Тройной шаг с точкой;	+		
	- Каблучное движение;	+		
	- «свечка»	+		
3	Танцевальные композиции к Новому году			
	«Новогодний сюрприз!»		+	
4	Полька			
	- Шаг польки;		+	
	- Подскоки;		+	
	- Шаг польки с подскоками;		+	
	- Галоп		+	
	Русский лирический			
	- Основной шаг;			+
	- Поворот в паре;			+
	- Припадания;			+
	- Поворот Д под рукой М			+
	Игры: «Ловушка», «Зеркало», «3, 13, 30», «Огонь, вода» и т. д.	+		+
			+	

Ожидаемые результаты (танцевальные постановки)

№	Перечень постановок	IТ	IIТ	IIIТ
1	«Сударушка»	+	+	
2	«Новогодний сюрприз»		+	
3	«Полька»		+	+
4	«Русский лирический»			+

Календарно-тематический план

№	Название раздела, темы, урока	Кол-во часов	Тип урока	дата		Элементы содержания изучаемого материала в соответствии с ФГОС	Основные направления воспитательной деятельности
				По плану	Факт		
1	Вводный урок, инструктаж по ТБ, правила поведения. Игры на внимание	1 час	комбинированный	Сентябрь		Правила предупреждения травматизма во время занятий спортивным танцем; организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. Организация и проведение подвижных игр.	1.1 1.4 3.1 4.2 5.1 5.2
2	Графический рисунок (группы спортивных танцев, позы, позиции ног, положение рук, движение по линии танца, против линии танца, в центр круга, из круга) Знакомство с программой. Игры.	1 час	комбинированный	Сентябрь		Организующие команды История развития бального танца Организация и проведение подвижных игр.	3.1 4.2 5.1 5.2
3	Упражнения на середине (разминка), оказывающие физиологическое	11 часов	комбинированный	Сентябрь Октябрь Ноябрь		Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.	3.1 4.2 4.6

	<p>воздействие на организм ребенка, воспитываются физические качества детей.</p> <p>Сударушка</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основной шаг с точкой; - Приставные шаги; - Каблучное движение; - Поворот в паре (свечка); - Шаги с поворотом. <p>Игры на внимание.</p>			Январь		<p>Комплексы танцевальных движений, упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Организация и проведение игр.</p>	5.1 5.2
4	<p>Упражнения на середине (разминка), оказывающие физиологическое воздействие на организм ребенка, воспитываются физические качества детей.</p> <p>Знакомство с программой.</p> <p>Танцевальная композиция к Новому Году:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Новогодний сюрприз»; <p>Игры на внимание.</p>	5 часов	комбинированный	Ноябрь Декабрь		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение игр.</p>	3.1 4.2 5.1 5.2

5.	<p>Упражнения на середине (разминка)</p> <p>Полька</p> <ul style="list-style-type: none"> - Шаг польки; - Подскокиг; - Шаг польки с подскоками; - Галоп <p>Игры на внимание.</p>	6 часов	комбинированный	Февраль Март	<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Комплексы танцевально-спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	3.1 4.2 5.1 5.2
6	<p>Упражнения на середине (разминка)</p> <p>Русский лирический</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основной шаг; - Поворот в паре; - Припадания; - Поворот Д под рукой М <p>Игры – превращения, на внимание.</p>	8 часов	комбинированный	Апрель Май	<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Комплексы танцевально-спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	3.1 4.2 4.6 5.1 5.2

7	Разминка на середине. Контрольный показ изученных танцевальных композиций	1 час		май		Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств. Комплексы танцевально- спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.	3.1 4.2 4.6 5.1 5.2
8	Разминка на середине. Танцевальные композиции. Игры – превращения, на внимание.	1 час		май		Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств. Комплексы танцевально- спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.	
	Всего	34 часа					

Основной материал программного содержания уроков спортивного танца 3-го класса

Третий год обучения является самым насыщенным по содержанию, так как изучается более сложная, в техничном исполнении, программа латиноамериканских танцев.

Сфера современного бального танца – бытовые жизненные ситуации, где его главная цель, и педагога, в частности, - способствовать общению между партнёрами и другими парами.

Задачами этого года обучения являются:

- выработать красивую осанку и плавность движений;
- развить грацию и изящество;
- привить культурные навыки внешнего поведения.

Культура исполнения латиноамериканского танца заключается в сохранении его характера, в красивой сдержанной манере, а также в умении пригласить на танец.

Движения танца организуются во времени и пространстве на основе музыки. Главным выразительным средством здесь является пластика тела, обобщённая до символа, композиция па и фигур приобретает законченность. В программу, входят: латиноамериканские танцы: самба, ча-ча-ча, джайв, румба.

При разучивании танца, прежде всего, прослушивается мелодия, осваивается счёт, а затем начинается разучивание движений, которые входят в танец.

Перечень знаний учащихся

№	Перечень знаний	Ит	Шт	Пт
1	Постановка корпуса, рук, ног, головы	+	+	+
2	Позиции ног (6,1,3)	+	+	+
3	Позиции рук (подготовительная,1,2)	+	+	+
4	Понятие о строении музыкального произведения: вступление, части, музыкальная фраза, заключение. Темп музыки (медленно, умеренно, быстро). Музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4) Ритмический рисунок в хлопках.	+	+	+
5	Графический рисунок (колонны, шеренги, круг,	+	+	+
6	движение по линии танца, против линии танца, в центр круга, из круга) <i>Латиноамериканские танцы:</i>	+	+	+
7	- поза латиноамериканских танцев			
	- музыкальный размер	+	+	+
	- освоение счёта	+	+	+
	- ритм основного движения	+	+	+
	- техника исполнения шагов	+	+	+

8	История танца:	+	+	+
	- «Самба»			
	- «Ча-ча-ча»	+		
	- «Джайв»		+	+
	- «Румба»		+	

Перечень умений учащихся

№	Перечень умений	Iт	IIт	IIIт
1	Основные шаги: марш, простой шаг с носка, на п/п, на пяточках, шаг-пике, с подъёмом ноги, шаг с точкой, бег.	+	+	+
2	Разминка в современных ритмах	+	+	+
3	Основные движения: <i>элементы бального танца:</i> «Самба»: - основной шаг; - самба-ход на месте; - виск; - поворот; - самба-ход с продвижением «Ча-ча-ча»: - основной шаг; - чек; - поворот - три Ча-ча-ча - рука к руке «Румба»: - основной шаг; - чек, - поворот «Джайв» - основной шаг; - смена мест;	+		
4	- Стоп энд гоу Игры: «Ловушка», «Зеркало», «3, 13, 30», «Огонь, вода» и т. д.		+	+
		+	+	+

Ожидаемые результаты (танцевальные постановки)

№	Перечень постановок	Iт	IIт	IIIт
1	«Самба»	+		
2	«Из волшебной дали»		+	

2	«Ча-ча-ча»		+	
3	«Джайв»		+	
4	«Румба»			+

Танцевальные композиции (подготовка к Новому году) могут видоизменяться.

Календарно-тематический план

№	Название раздела, темы, урока	Кол-во часов	Тип урока	дата		Элементы содержания изучаемого материала в соответствии с ФГОС	Основные направления воспитательной деятельности
				По плану	Факт		
1	Вводный урок, инструктаж по ТБ, правила поведения. Игры на внимание	1 час	комбинированный	Сентябрь		Правила предупреждения травматизма во время занятий спортивным танцем; организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. Организация и проведение подвижных игр.	1.1 3.4
2	Графический рисунок (колонны, шеренги, круг, движение по линии танца, против линии танца, в центр круга, из круга) Знакомство с программой. Игры.	1 час	комбинированный	Сентябрь		Организующие команды История развития танцевального спорта. Организация и проведение подвижных игр.	1.1 3.4

3	<p>Упражнения на середине (разминка), оказывающие физиологическое воздействие на организм ребенка, воспитываются физические качества детей.</p> <p>Самба:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг; - самба-ход на месте; - виск; - поворот; -самба-ход с продвижением <p>Игры на внимание.</p>	8 часов	комбинированный	Сентябрь Октябрь Ноябрь	<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Комплексы танцевально-спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Организация и проведение игр.</p>	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2
4	<p>Упражнения на середине (разминка), оказывающие физиологическое воздействие на организм ребенка, воспитываются физические качества детей.</p>	5 часов	комбинированный	Ноябрь Декабрь	<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p>	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2

	<p>Знакомство с программой.</p> <p>Танцевальные композиции к Новому Году:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Из волшебной дали»; - «В лесу родилась ёлочка» <p>Игры на внимание.</p>				<p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение игр.</p>	
5.	<p>Упражнения на середине (разминка)</p> <p>«Ча-ча-ча»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг; - чек, - поворот, - рука руке; - три ча-ча-ча. 	6 часов	комбинированный	Январь	<p>Физические упражнения, влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	<p>3.1</p> <p>3.4</p> <p>4.2</p> <p>5.1</p> <p>5.2</p>
6	<p>Упражнения на середине (разминка)</p>	6 часов	комбинированный	Январь Февраль	<p>Физические упражнения,</p>	<p>3.1</p> <p>3.4</p>

	<p>«Румба»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг; - чек, - поворот, - рука к руке; - плечо к плечу <p>Игры – превращения, на внимание.</p>			графический рисунок	<p>влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	<p>4.2 5.1 5.2</p>
7	<p>Упражнения на середине (разминка)</p> <p>Джайв:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг; - смена мест; - Стоп энд гоу <p>Игры – превращения, на внимание.</p>	6 часов	комбинированный	Март Апрель Май	<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	<p>3.1 3.4 4.2 5.1 5.2</p>

	Упражнения на середине (разминка)						
7	Разминка на середине. Контрольный показ изученных танцевальных композиций	1 час		май		Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств. Комплексы танцевально- спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2
	Всего	34 часа					

Основной материал программного содержания уроков спортивного 4-го класса

Этот год обучения является завершающим в курсе хореографии.

Основной задачей данного курса, является подготовка к выпускному балу. Поэтому, в эту программу входят танцы, построенные на основе европейского спортивного танца: «медленный вальс», «венский вальс». «Фигурный вальс», а также «полонез» разучиваем для исполнения их на выпускном балу.

Танцы разнообразны по ритму и характеру, имеют богатую хореографию, которая позволяет импровизировать и создавать множество композиций.

Каждый танец открывается материалом, который включает в себя подготовительные упражнения. Эти упражнения разработаны на основе закономерностей хореографии и изучения практического опыта педагогов бального танца.

Вслед за подготовительными упражнениями в определённой последовательности излагаются основные элементы, характеризующие танцы. В программе они расположены с таким расчётом, чтобы помочь учащимся быстрее освоить лексику танцев.

Знакомство с обязательной программой начинается с простейшей формы – изучением основных шагов, поворотов, до усвоения более сложных новых фигур и композиций.

Европейский спортивный бальный танец играет немалую роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

Перечень знаний учащихся

№	Перечень знаний	Іт	ІІт	ІІІт
1	История возникновения и развития танцев: «Медленный вальс», «Венский вальс», «Фигурный вальс», «Полонез»	+	+	+
2	Танцы на основе европейских бальных танцев: - поза европейских танцев - музыкальный размер - освоение счёта - ритм основных движений - техника исполнения шагов - положение в паре - освоение терминологии - характер исполнения	+	+	+

Перечень умений учащихся

№	Перечень умений	Iт	IIт	IIIт
1	Разминка. Комплекс упражнений для разогрева определённых групп мышц корпуса, шеи, рук, ног	+	+	+
2	Основные шаги и движения: «Медленный вальс»; - основной шаг - закрытая перемена - правый поворот «Венский вальс» - основной шаг - закрытая перемена - правый поворот «Фигурный вальс» - балансе - окошечко - поворот под рукой - дорожка - правый поворот «Полонез» - основной шаг	+	+	+

Ожидаемые результаты (танцевальные постановки)

№	Перечень постановок	Iт	IIт	IIIт
1	«Медленный вальс»	+		
2	«Венский вальс»		+	
3	«О-ля-ля»		+	
4	«Здравствуй, Новый Год»		+	
5	«Фигурный вальс»			+
6	«Полонез»			

Календарно-тематический план

№	Название раздела, темы, урока	Кол-во часов	Тип урока	дата		Элементы содержания изучаемого материала в соответствии с ФГОС	Основные направления воспитательной деятельности
				По плану	Факт		
1	Вводный урок, инструктаж по ТБ, правила поведения. Игры на внимание	1 час	комбинированный	Сентябрь		Правила предупреждения травматизма во время занятий спортивным танцем; организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. Организация и проведение подвижных игр.	1.1 3.4
2	Графический рисунок (колонны, шеренги, круг, движение по линии танца, против линии танца, в центр круга, из круга) Знакомство с программой. Игры.	1 час	комбинированный	Сентябрь		Организуемые команды История развития танцевального спорта. Организация и проведение подвижных игр.	1.1 3.1 3.4

3	<p>Упражнения на середине (разминка), оказывающие физиологическое воздействие на организм ребенка, воспитываются физические качества детей.</p> <p><i>Медленный вальс:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг - закрытая перемена - правый поворот <p>Игры на внимание.</p>	9 часов	комбинированный	Сентябрь Октябрь		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Комплексы танцевально-спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Организация и проведение игр.</p>	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2
4	<p>Упражнения на середине (разминка), оказывающие физиологическое воздействие на организм ребенка, воспитываются физические качества детей.</p> <p>Знакомство с программой.</p>	5 часов	комбинированный	Октябрь Ноябрь		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Организация и разучивание танцевальных композиций.</p> <p>Организация и проведение игр.</p>	3.1 3.4 4.2 4.6 5.1 5.2

	<p>Танцевальные композиции к Новому Году:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «В лесу родилась дочка»; - «О-ля-ля» <p>Игры на внимание.</p>						
5.	<p>Упражнения на середине (разминка)</p> <p>Венский вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг - закрытая перемена - правый поворот <p>Игры на внимание.</p>	6 часов	комбинированный	Ноябрь Декабрь		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Комплексы танцевально-спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Организация и проведение подвижных игр.</p>	3.1 3.4 4.2 5.1 5.2
6	<p>Упражнения на середине (разминка)</p> <p>Фигурный вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - балансе - окошечко - поворот под рукой - дорожка 	8 часов	комбинированный	Декабрь Январь Февраль Март Апрель		<p>Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Комплексы танцевально-спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.</p>	3.1 3.4 4.2 4.6 5.1 5.2

	- правый поворот Игры на внимание.					Организация и проведение подвижных игр.	
7	Упражнения на середине (разминка) Полонез: - основной шаг Игры – на внимание.	3 часов	комбинированный	Май		Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств. Отработка танцевального шага. Организация и проведение подвижных игр.	3.1 3.4 4.2 4.6 5.1 5.2
7	Разминка на середине. Контрольный показ изученных танцевальных композиций.	1 час		май		Физические упражнения, их влияние на физическое Развитие и развитие физических качеств. Комплексы танцевально-спортивных движений, упражнений на развитие физических качеств.	3.1 3.4 4.2 4.6 5.1 5.2
	Всего	34 часа					

Танцевальные композиции (подготовка к Новому году) могут видоизменяться.

Литература

1. Ритмика и бальные танцы. Программы для начальной и средней школы. М. Просвещение, 1997.
2. Ритмика – музыкальное движение. М. Просвещение, 1982.
3. Музыкально – двигательные упражнения. М. Просвещение, 1991.
4. Основы танцевальной культуры. М. Новая школа, 1993.
5. Музыка и движение. I, II ч. М. Просвещение, 1983
6. Современный бальный танец. М. Просвещение, 1978
7. Природа танца. М. Советская Россия, 1981.
8. А.И. Константинова. Учебно-методический центр «Аллегро» «Игровой срейчинг» Санкт-Петербург 1993
9. М.А. Михайлова, Н.В. Воронина «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» академия развития, Ярославль 2001
10. О.В. Ерохина «Школ танцев» серия «Мир вашего ребенка» изд-во «Феникс» Ростов-на-Дону 2003
11. М.А. Михайлова, Е.В. Горбина популярное пособие для родителей и педагогов «Поем, играем, танцуем дома и в саду» Ярославль «Академия развития» 1998
12. Г.П. Федорова методическое пособие для музыкальных руководителей «Танцы для детей» Санкт-Петербург 2000
13. М.А. Михайлова, Е.В. Горбина музыкальные сказки-спектакли для дошкольников «В театре нашем для вас поем и пляшем» Ярославль «Академия развития» 2000
14. Е.И. Мошкова «Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы», Москва, Просвещение 2008г.