

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Московской области

Управление образования Администрации

Г.о. Балашиха Московской области

ОАНО "ПОЗИЦИЯ"

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

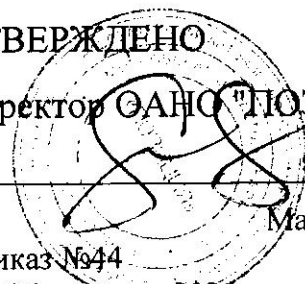


Лучаева С.А.

Протокол №1
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ОАНО "ПОЗИЦИЯ"



Малахов С.А.

Приказ №44
от «26» августа 2024 г.

Подписано
цифровой подписью:
ОАНО "ПОЗИЦИЯ"
Дата: 2024.08.27
10:11:57 +03'00'

**ОАНО
"ПОЗИЦИЯ"**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности «Танцевальная студия»

для обучающихся 1 - 4 классов

Г.о. Балашиха, мкр. Железнодорожный 2024 г.

Пояснительная записка

«Мы не знаем более могущественного и более благоприятного средства воздействия на жизнь и процветание всего организма, чем чувство радости... Урок ритмической гимнастики должен приносить детям радость, иначе он теряет половину своей цели.» (Жак Далькроз)

Занятие ритмикой и танцем – это гимнастика с оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под ритмичную музыку преимущественно поточным способом и оформленные танцевальными движениями.

Достоинство музыкально-двигательных занятий как средство воздействия на психическое и физическое состояние ребенка переоценить невозможно. Такие занятия воздействуют на эмоциональную, сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма.

Ребята близко знакомятся с многообразием музыкальных жанров, с основными движениями народных танцев, учатся держать себя на сцене, выступать на публике. Формируется двигательная культура ребенка, которая во многом отражает его внутреннее содержание, умение управлять своим телом и эмоциями.

Материал занятий изучается концентрическим методом в течение всего курса. Занятия необходимо проводить с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, не допускать физического утомления, перенапряжения, не злоупотреблять партерной гимнастикой и прыжковыми упражнениями.

Программа предусматривает разучивание детьми разнообразных танцевальных постановках и выступления на различных тематических праздниках.

На занятиях решаются как частные, так и общие задачи- оздоровительные, учебные, воспитательные, развивающие.

Цели и задачи:

- ориентировка в пространстве и коллективе, развитие пространственных представлений;
- формирование основных двигательных качеств и навыков, необходимых для занятий танцем;
- знакомство с различными жанрами музыкальных произведений и обучение умению выполнять движения, соответственно характеру музыки;
- усвоение основных необходимых теоретических понятий музыкальной грамоты;
- развитие общей музыкальности, чувства ритма, формирование музыкальной выразительности;
- развитие координации движений, исправление осанки;
- освоение через танцевально-ритмическую деятельность основных элементов народного, бытового, шуточного танцев, а также знакомство с современными направлениями в танце;
- доступная физическая подготовка детей;
- воспитание дисциплинированности, чувства коллективизма, ответственности, культуры поведения и общения;
- решение задач эстетического воспитания.

Содержание курса

Программа курса включает в себя:

- музыкальную грамоту;
- общеразвивающие упражнения;
- основы классического танца;
- музыкальные игры;
- танцевальные движения;
- музыкально-ритмические упражнения.

- партерную гимнастику;
- танцевальные этюды, постановки разнообразного жанра.

Программа рассчитана на детей в возрасте 6-11 лет. Курс обучения- 4 года.

Первый год обучения

Элементы музыкальной грамоты

Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки. Понятие о громкостной динамике. Общие понятия о паузах. Строение музыкального произведения.

Ориентировка в пространстве и коллективе

1. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, вправо, влево, в круг, из круга.
2. Музыкальные построения в колонну, шеренгу.
3. Шаг по диагонали.
4. Выполнение простых движений при ходьбе, соблюдая дистанцию.
5. Произвольное размещение и построение в шахматном порядке в заданном промежутке времени и в музыкальном оформлении.

Общеразвивающие упражнения

Потягивания. Ходьба на носках с фиксацией корпуса. Потягивания с наклоном вперед и прогибом спины. Затяжные наклоны вправо-влево. Присед, полуприсед на полупальцах – широкая выворотная позиция. Упражнения «мах-дощечка», «вертолет», «плечики», «сброс», «взлет», «акцент», вращения и повороты головы.

Музыкальные игры

Выстукивание музыкального ритма хлопками, топами.

- «Хлопы-шлепы»
- «Ехали-ехали»
- «Хлопушечки»
- «Паровозики»
- «Я шофер»
- «Медведи и лисицы»
- «Уснул-проснулся воробей»

Музыкально-ритмические и танцевальные упражнения

1. Прыжки:
 - на двух ногах, по I, VI позициям
 - на одной ноге
 - поочередно на одной и двух ногах

- с выбрасыванием ноги в сторону
 - «гвоздики»
 - с топом
2. Марш. Виды марша.
3. То бегом, то шагом.
4. Ускоряя, замедляя шаги.
5. «Пружинка»:
- с поворотом
 - в боковом шаге
 - с движениями рук
6. «Пяточки»:
- с плечами
 - мягкие
 - с руками «закрыть-открыть»
 - с «брызгами»
7. «Качалка» на ногах с движениями рук.
8. Шаги вперед с движениями рук.
9. Приставной шаг.
10. «Неваляшка».
11. Притопы:
- одной ногой
 - двумя ногами
 - поочередные
 - с правильной постановкой рук, головы
12. Бег:
- с высоким подниманием голени
 - легкий на полупальцах с фиксацией корпуса
 - по кругу в заданном ритме, соблюдая дистанцию.
13. Шаг:
- бытовой
 - легкий с носка (танцевальный)
 - на полупальцах
 - с подскоком
 - с притопом
 - приставной
14. Позиции ног: I, II, III, VI
15. Поднимание на полупальцы по позициям.
17. Позиции рук.
18. Движения рук, принятые в русской пляске:
- свободно опущенные вниз

- руки в бок
- скрещенные на груди
- взмахи женские, мужские
- движения с платочком
- движения рук по ходу

19. Реверанс.

20. Поклон.

21. Русский ход в сочетании:

- с руками
- поворотом
- с притопом

22. Ковырялочка.

23. Припляс.

24. «Мячики» с выпрыгиванием.

Элементы партерной гимнастики

1. Положение на спине, позвоночник всеми точками касается пола.
2. Положение на спине или сидя: сокращение и вытягивание стоп в VI и I позициях.
3. Подъем вытянутой ноги вперед и в сторону, лежа на спине, руки вдоль тела.
4. «Колбаска».
5. Вытянуться на спине, поднять ноги за голову, соблюдая правила.
6. Стоя на коленях, сесть вправо - и.п. - влево - и.п., руки перед собой.

Танцевальные этюды

Кричалки, речевки, оформленные характерными танцевальными движениями. Ритмическая миниатюра среднего темпа с музыкальным сопровождением простого характера.

Второй год обучения

Элементы музыкальной грамоты

Закрепление знаний и навыков, полученных в первый год обучения. Понятия: акцент, вступление, часть, куплет, припев. Такт, затакт, сильная и слабая доля такта. Мелодия и аккомпанемент. Размер 4/4.

Ориентировка в пространстве

1. Закрепление изученного материала первого года обучения.
2. Музыкальные перестроения хороводным шагом, приставным в диагональ, круг, два круга.
3. Перестроения в круг из шеренги, цепочки.
4. Свободное размещение в зале.

5. Шаги с перемещением и возвращением на место.

Общеразвивающие упражнения

Включают в себя:

- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения для развития эластичности мышц кисти, предплечья, плеча;
- упражнения для улучшения пластичности плечевого пояса и подвижности плечевых, локтевых и лучезапястных суставов;
- упражнения для развития гибкости шеи.

Музыкально-ритмические и танцевальные упражнения

1. Прыжки:

- с полуповоротом
- «Буратино»
- «Скок-скок»
- высоким подъемом колен к груди
- с поворотом
- с поворотом, притянув колено
- с развернутым коленом
- ноги поочередно в стороны – вместе – точка.
- с поочередным выбрасыванием ног вперед, сохраняя правильную позицию корпуса

2. Выставление ноги вперед-назад с движением рук.

3. Подскоки.

4. Шаги:

- хороводный с притопом
- шаг польки
- боковой с выставлением ноги на пятку, руками «открыть-заккрыть»
- вперед с прыжком
- с соскоком

5. Бег:

- с высоким подниманием колен к груди
- боковой галоп
- широкий высокий
- приставной с прыжком
- с хлопками

6. Развороты и наклоны с движениями рук и продвижением.

7. Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием.

8. Выдвижение ноги:

- в сторону из VI и III позиций
- вперёд из VI и III позиции
- с ударами вытянутого носка вперёд и возвращение в позицию
- тоже в сторону
- тоже назад

9. Базовая присядка.

Элементы партерной гимнастики

1. Закрепление изученного в первый год обучения.
2. Махи вверх, вперёд, лёжа на бедре и локте
3. «Полукруг».
4. Лёжа на спине, увести сцепленные руки вправо- вернуть вверх- влево.
5. «Велосипед».
6. «Фиксация».

Третий год обучения

Элементы музыкальной грамоты

Закрепление полученных знаний и новых навыков. Понятие о ладе и ладовых связях. Метрическая пульсация в музыке. Музыкальная фраза, кульминация, повторение. Размер 3/4, 2/4. Поочередное вступление канона на 4/4, 2/4, 3/4.

Ориентировка в пространстве

1. Ритмические шаги вперед с активным движением рук, плеч- нога на пятку, шаги назад-нога на носок.
2. Шаги по квадрату с движениями рук.
3. Перестроения в пары и обратно. Шаги, повороты парой.
4. перестроения «Звездочка», «Карусель», «Воротца».
5. Перестроения хороводным шагом из двух кругов в две линии.
6. Перестроения из одного круга в два концентрических, движущихся в разные стороны.

Музыкальные игры

- «Деревянная кукла»
- «Тряпичная кукла»
- «Музыкант»
- «Цветочек»
- «Волна»

Общеразвивающие упражнения

Включают в себя:

- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения на укрепление всех групп мышц;
- упражнения для улучшения подвижности позвоночника, тазобедренных, голеностопных суставов, эластичности мышц спины, бедра;
- упражнения на развитие двигательной динамики, на повышение амплитуды движений (тела, рук, ног, головы)

Музыкально-ритмические и танцевальные упражнения

1. Прыжки:

- по I, VI, II позициям
- с легким выпадом в стороны
- с выпадом вперед пружинистые
- комбинирование с выпадом и перебегом
- топ-пятка, топ-пятка
- комбинированный на такт (пружинка, приземление в широкую позицию)
- в повороте

2. Бег:

- с остановками на прыжок
- переменный бег

3. Русский переменный ход вперед.

4. «Моталочка».

5. Поднимание на полупальцы по I II VI позициям.

6. Поуприседания, приседания по I II III позициям.

7. Раскрывание рук в характере русского народного танца.

8. Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием.

9. Выдвижение ног:

- в сторону, вперед по позициям в сочетании с полуприседанием
- в сторону, вперед с переводом и «носок-каблук» в характере русского народного танца
- с переводом с носка на каблук (вперед- в сторону) в сочетании с полуприседанием

10. Дробные выстукивания:

- базовые
- с выбросом пятки
- с перескоком

11. Присядка:

- с пяточкой
- с высокими руками

12. Хлопушки простые.

13. Боковой русский ход «Гармошка», «Елочка».

Партерная гимнастика

1. Закрепление изученного материала.
2. Упражнение «Циркуль».
3. Разновидности наклонов корпуса.
4. Упражнение «Рулетка».
5. Упражнение «Вниз головой».
6. «Уголок».

Танцы и танцевальные этюды

К концу дети должны знать:

- хоровод среднего темпа с сольными частями
- танец парами с элементами польки
- шуточная композиция среднего и быстрого темпов
- комплекс ритмической разминки

Четвертый год обучения

Элементы музыкальной грамоты

Умение определять характер предлагаемой музыки, музыкальный размер, строение и двигаться в характере музыки. Понятие интонация, мотив, предложение. Установление последовательности, чередования, повторности крупных и мелких подразделений в музыке (частей и фраз). Умение менять движение в зависимости от смены частей и фраз.

Ориентировка в пространстве

Движения с перемещениями:

- шаги с поворотами и продвижением вперед- назад
- шаги боковые с затяжным прыжком, руки в стороны-вверх-в стороны (держат дистанцию по линии)
- шаг назад по диагонали с махом ноги, возвращением на место и комбинированным прыжком
- шаги по квадрату парами, четверками
- «Шен»

Музыкальные игры

«Завал»

- «Лечу вниз»
- «Раз- два- взяли»
- «Удар»
- «В зоопарке»

Общеразвивающие упражнения

Расширение блока общеразвивающих упражнений второго и третьего года обучения; составление на базе изученного основного разминочного комплекса.

Музыкально- ритмические и танцевальные упражнения

1. Прыжки:

- различные комбинации на два такта
- с вариантами захлеста
- в повороте
- комбинированные с притопом
- перескок с поворотом
- с выбросом ноги и шагами «крестом»
- резкие, четкие в сторону с подниманием рук и выставлением ноги на пятку

2. Бег:

- короткий вперед, нога назад – вперед – на пятку
- жесткий назад с зависанием ноги назад
- бег с точкой («Коняшка»)

3. Галоп:

- боковой
- цыганский

4. Боковой русский ход и припадания.

5. «Веровочка»

6. Полуприседания по I II III позициям:

- с выдвижением ноги с вытянутым носком вперед из I II позиций
- то же назад
- то же в сторону

7. Перескоки.

8. Па дегаже по II III позициям.

9. Положение анфас, положение апольман.

10. Классический шаг на $\frac{3}{4}$.

11. Присядка с махом ноги («Разношка»)

12. Хлопушки с усложнением.

Партерная гимнастика

1. Сидя на полу, ноги широко в стороны, руки за головой (широкие локти), спина натянута. Наклоны корпуса вправо, влево, касаясь локтем пола.
2. Сидя на полу, ноги согнуты врозь, руки перед грудью. Поворот корпуса влево, правым локтем коснуться левого колена, левую руку увести назад и коснуться пола. То же в другую сторону.
3. И.П.: Лежа на спине, сильно вытянуться, руки вверх. Согнуть ноги, прижать колени руками к груди, опустив голову. Вернуться в и.п. Вытянуться, прижать поясницу к полу.
4. Стоя на коленях, наклониться вперед, предплечье на полу, потянуться плечами к полу. Вернуться в и.п.
5. Поочередные махи ногой вперед, назад, в сторону из положения лежа, стоя на коленях, сидя.

Танцы и танцевальные этюды

К концу года дети должны знать:

«Русский перепляс»

«Цыганочка»

Танцы в ритме вальса.

Основные требования к умениям обучающихся

1 класс

Личностные результаты

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

Метапредметные результаты

• регулятивные

- ✓ способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- ✓ в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- ✓ накопление представлений о ритме, синхронном движении.

• познавательные

Учащиеся должны уметь:

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

• коммуникативные

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

Основные требования к умениям обучающихся

2 класс

Личностные результаты

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

Метапредметные результаты

• Регулятивные

✓ Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

- ✓ планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- ✓ самовыражение ребенка в движении, танце.

• познавательные

Учащиеся должны уметь:

- ✓ понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- ✓ организованно строиться (быстро, точно);
- ✓ сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- ✓ самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

✓ соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

✓ правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».

• коммуникативные

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

Основные требования к умениям обучающихся

3 класс

Личностные результаты

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

Метапредметные результаты

• регулятивные

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

• познавательные

- ✓ умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- ✓ рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- ✓ соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- ✓ самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ✓ передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- ✓ передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- ✓ повторять любой ритм, заданный учителем;
- ✓ задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

• коммуникативные

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

Основные требования к умениям обучающихся

4 класс

Личностные результаты

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

Метапредметные результаты

• регулятивные

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

• познавательные

- ✓ умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- ✓ рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- ✓ соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- ✓ самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ✓ передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- ✓ передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- ✓ повторять любой ритм, заданный учителем;
- ✓ задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

• коммуникативные

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

Календарно-тематическое планирование.

1 класс

№	Тема учебного занятия	Содержание деятельности	Дата по плану	Дата по факту
		Практическая часть занятия		
1	Вводное занятие. Мимически-ритмические игры.	Мимически-ритмические игры «Сыр-изюм», «Лезем, лезем высоко».		
2-3	Знакомство с музыкальной грамотой, простейшие элементы музыкальной грамоты.	.Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки. Понятие о громкостной динамике. Общие понятия о паузах. Строение музыкального произведения.		
4	Марш. Виды марша.	Виды марша. Простукивание, протопывание музыкального ритма в форме музыкальных игр.		
5-6	Марш. Шаги в заданном ритме.	Шаги в заданном ритме. То бегом, то шагом. Простукивание, протопывание музыкального ритма в форме музыкальных игр.		
7-10	Разминочный комплекс ритмической гимнастики.	Потягивания, упражнения для развития эластичности мышц, подвижности суставов, развития музыкальности. Виды шагов, прыжков, подскоков, бег с прыжками, виды наклонов, поворотов.		
11-14	Правильная постановка рук, ног, корпуса, головы.	I, II, III позиции рук; I, II, III, IV позиции ног; свободно опущенные руки; руки вбок; скрещенные на груди; взмахи женские, мужские; движения с платочком, движение рук по ходу.		
15-18	Знакомство с классикой, ее основные элементы.	Батман тандю; плие, гранд плие по позициям; батман тандю жете; поклон; релеве (на полупальц. по поз.); соте (прыжки по поз.); соте на эшапе; шажманы (из V в V со сменой ног).		
19-20	Характерные мимические игры.	«Брызги», «уснул-проснулся воробей», «медведи и лисица», «хлопы-шлепы».		
21	Прыжки.	По позициям; поочередные; «гвоздики»; с выбрасыванием ног; подскоки.		
22-25	Ориентировка в пространстве.	Вперед-назад-вправо-влево-в круг-из круга. Шаг по диагонали. Простые движения при ходьбе, соблюдая дистанцию. «Шахматка». Произвольное размещение. Колонна. Шеренга. Игры на ориентировку в пространстве.		
26-28	Движения характера русского народного танца.	«Качалка», «неваляшка», «пяточки» в комбинации, топы, притопы, «пружинка» в комбинации, русский ход, русский ход в комбинации, «ковырялочка», припляс, «мячики».		
29-31	Шаги характера русского народного танца.	Бытовой, легкий с носка, на полупальцах, с подскоком, с притопом, приставной.		
32	Элементы партерной	Положение на спине- упражнение I, II, III; Подъемы ноги; упражнения в положении		

	гимнастики.	сидя; стоя на коленях.		
33	Обобщающее занятие.	Урок актерского мастерства. Потешка «Тень-тень- потетень», кричалки. Ритмическая разминка- нарезка.		

Календарно-тематическое планирование.

2 класс

№	Тема учебного занятия	Содержание деятельности	Дата по плану	Дата по факту
		Практическая часть занятия		
1-2	Вводное занятие. Уроки повторения..	Повторение, закрепление знаний и навыков, полученных в первый год обучения.		
3	Музыкальная грамота	Понятия: вступление, куплет, припев, часть, доля, мелодия, акцент, размер 4/4, такт, затакт.		
4-7	Прыжки. Виды прыжков. Прыжки в комбинации.	«Буратино», «скок-скок», с полуповоротом, поворотом, с подъемом колен к груди, с развернутым коленом, в сторону-вместе-точка, с выбрасыванием вперед, с приставным.		
8-10	Виды шагов.	Хороводный с притопом, шаг польки, вперед с прыжком, с соскоком, боковой с выставлением ноги на пятку, руки «открыть-закрыть».		
11-15	Разминочный комплекс ритмической гимнастики.	Упражнения на формирование правильной осанки, эластичности мышц, пластичности суставов; прыжковой блок с комбинированными прыжками; музыкальные шаги классические и эстрадного варианта; развороты, наклоны в комбинации с движениями рук, простые танцевальные связки.		
16-17	Правильная постановка рук, ног, корпуса, головы.	Пор де бра I, II, III; эшапе; I, II, III, IV, V, VI позиции ног, все позиции рук.		
18-20	Элементы экзерсиса.	Комбинации прыжков соте; комбинации прыжков на эшапе; прыжок ассамблее; прыжок жете; гранд батман; ронд де жамп партер; тан лие партер.		
21-25	Ритмические перестроения.	Перестроения хороводным шагом, шагом с каблука в диагональ, круг, два круга; в круг из шеренги, цепочки.		
26-27	Виды бега.	Широкий высокий, приставной с прыжком, с хлопками, боковой галоп.		
28-32	Постановка хореографической картинки «Прогулка».	На основе изученных шагов, прыжков, перестроений постановка хореографической картинки «Прогулка»		
33	Партер.	Повторение изученного ранее. Махи на бедре и локте. «Полукруг». Упражнение «скручивание рук» лежа на спине. «Велосипед». «Фиксация».		
34-35	Обобщающие занятия.	Разминочный комплекс, экзерсис, «Прогулка».		

Календарно-тематическое планирование.

3 класс

№	Тема учебного занятия	Содержание деятельности	Дата по плану	Дата по факту
		Практическая часть		
1-2	Музыкальная грамота. Уроки повторения..	Закрепление полученных знаний и навыков. Понятие о ладе и ладовых связях. Метрическая пульсация в музыке. Музыкальная фраза, кульминация, повторение. Размер 3/4, 2/4. Поочередное вступление каноном на 4/4, 3/4, 2/4.		
3-6	Комплекс ритмической разминки.	В трех частях: 1: медленная: потягивания, наклоны, перекаты с ноги на ногу, прогибы, приседания по позициям, движения рук, позиции. 2: быстрая: разогрев всех групп мышц, танцевальные движения быстрого темпа. 3: прыжковая; восстановление дыхания.		
7-8	Тренировочные упражнения.	Упражнения на формирование правильной осанки, на формирование выворотности стопы		
9-11	Урок актерского мастерства.	Музыкальные игры на развитие пластики, артистизма. «Тряпичная кукла», «Деревянная кукла», «Музыкант», «Цветочек», «Волна».		
12-13	Изучение танца «Полька». Основной ход.	Основной ход польки. Ход «звездочка», «ручеек» ход в «воротца». Соло девочек, соло мальчиков. Парные движения по кругу с продвижением.		
14-15	Изучение танца «Полька». Движения в парах.	Основной ход польки. Прыжки с выдвинутой ногой на носок. Движения в парах.		
16-17	Изучение танца «Полька». Соло девочек, соло мальчиков.	Ход «звездочка», «ручеек» ход в «воротца». Соло девочек, соло мальчиков. Парные движения по кругу с продвижением.		
18-20	Изучение танца «Полька».	Комбинация в «шахматке», «топ-пятка-топ-пятка», комбинированные с выпрыгом и перебегом; в повороте.		
21-22	Основные элементы классики.	Тан леве с перегибом корпуса. I и II арабески с носком в пол. IV пор де бра. Малые позы круазе эффасе. Прыжки глоссад, сиссон ферме, па эшапе в позы круазе и эффасе. Элементарное адажио.		
23-24	Русский ход.	Ход по кругу, переменный ход, «елочка», танцевальный ход с изменением направления		
25-26	Динамические танцевальные движения.	«Моталочка», «Ковырялочка», «Ковырялочка» с подскоком, с притопом, амплитудные движения рук. Комбинация: прыжок в с разворотом с притопом.		
27-28	Дроби.	Одинарная, двойная, горох, «утюжок» с каблукам, шаг с притопом.		
29-30	Хлопушки. Присядка.	С пяточкой, с высокими руками, «разножка», с коленцем. Простейшие хлопушки.		

31	Движения в парах.	Комбинации движений в парах в умеренном и быстром темпе.		
32	Хоровод.	На основе изученных шагов, движений, комбинаций разучивание простого хоровода.		
33-34	Партер.	Потягивания из положения лежа на спине; махи из положения лежа, стоя на коленях, сидя; движение I, II из положения сидя.		
35	Обобщающий урок.	Ритмическая разминка.		

Календарно-тематическое планирование.

4 класс

№	Тема учебного занятия	Содержание деятельности	Дата по плану	Дата по факту
		Практическая часть		
1-2	Вводное занятие. Уроки повторения	Закрепление полученных знаний и навыков по темам экзерсис; перестроения; разминка; русский народный танец.		
3-4	Музыкальная грамота.	Лад; размер 3/4; 2/4; музыкальная фраза; кульминация; повторение; интонация, часть, мотив, предложение.		
5-7	Ритмическая разминка.	Разучивание разминки для четвертого года обучения из 4-х частей: разогрев, динамичный силовой блок, прыжковая часть, партер.		
8-9	Ориентировка в пространстве.	Перестроения: «звездочка», «квадрат», «прочес», «расход». Движения с перемещениями.		
10-11	Элементы классики.	Правильная постановка рук, корпуса, ног, головы. Па де буре с переменной ног. V и VI пор де бра; III IV арабески с носком в пол. Подготовка к вращениям. Прыжки па ассамблее с продвижением и в позах, па эшапе на одну ногу		
12-13	Эстрадный танец «Встреча». Основной ход танца.	Основной ход танца. Шаг-крест с динамичными руками. Комбинации в парах. Комбинации в ходе по кругу.		
14-17	Эстрадный танец «Встреча». Характерные повороты, выпрыг-падение-перекат	Шаг-крест с динамичными руками. Характерные повороты, выпрыг-падение-перекат.		
18-20	Эстрадный танец «Встреча». Соло мальчиков. Соло девочек.	Шаг-крест с динамичными руками.		
21-23	Эстрадный танец «Встреча». Комбинации в парах.	Основной ход танца. Шаг-крест с динамичными руками. Комбинации в парах. Комбинации в ходе по кругу.		
24-26	Эстрадный танец «Встреча».	Финальный блок.		
27	Партер.	Наклоны корпуса из положения сидя; движения ногами из положения лежа (согнуть-прижать ноги), махи из положения лежа, упражнения для позвоночника.		
28-29	Перепляс.	Характерные движения русского народного танца.		
30-32	Характерные движения русского народного	Характерные движения русского народного танца.		

	танца.			
33-34	Соло	Сольные блоки русского народного танца		
35	Обобщающее занятие.	Русский перепляс. «Встреча».		