

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Правительство Санкт-Петербурга

Комитет по образованию

Администрация центрального района Санкт-Петербурга

ГБОУ СОШ №189

РАССМОТРЕНО

Председателем МС
ГБОУ школы №189

Т.А.Хохлова
Протокол №1 от «30»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим
советом

Секретарь О.В Кудинова
Протокол №1 от «30»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы №189

А.С. Герасименко
Приказ № 166 от «30»
августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2171789)

учебного предмета «Ритмика» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 3 классов

Санкт-Петербург 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» для 1-3 классов составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (ФГОС). Основной образовательной программой начального общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 189 Центрального района Санкт-Петербурга, на основе авторской программы курса «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2018).

Актуальность

В современных реалиях и с появлением всё новых технологий и гаджетов людям приходится всё больше сидеть – на учёбе, на работе, дома. В свою очередь снижение двигательной активности приводит к проблемам со здоровьем, и эта проблема сейчас затрагивает не только взрослых, но и детей и подростков. В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Именно поэтому так важно включать в программу помимо основных предметов деятельность, которая направлена на поддержание здоровья и физической активности учащихся.

В современной системе образования и воспитания важное место занимает искусство, являющееся неотъемлемой частью человеческой деятельности. Приобщение детей к миру искусства на любом качественном уровне (восприятие, познание, самостоятельная творческая деятельность) развивает эмоционально-нравственную и духовную культуру растущего человека, пробуждает способность видеть, ценить и создавать красоту, способствует развитию и реализации творческого потенциала личности.

В эстетическом воспитании детей особое место принадлежит хореографическому творчеству. Только осознание танцевальной деятельности как метода музыкального движения, оказывающего благотворное физическое, эстетическое и психологическое воздействие на организм ребенка, позволяет нам смотреть на танцевальное и музыкально-ритмическое воспитание как процесс важный и нужный детям. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта, а яркое динамичное сопровождение уроков повышает эмоциональный тонус, усиливая психофизическое воздействие музыкального движения на организм ребенка. В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, эмоциональность, ассоциативная память, творческие способности. Кроме того, по мнению ведущих педагогов и психологов (Л.С. Выготский, М.П. Щетинин, В.В. Давыдов, К.И. Игнатьев и др.) для успешного развития мыслительных способностей ребенка необходимо уделять больше внимания развитию чувственных форм воспитания. Разновидностями чувственного восприятия являются зрительные, двигательные и слуховые образы. Именно в танцевальной деятельности успешнее всего реализуется развитие сразу всех компонентов: зрительного, двигательного и слухового. Таким образом, хореография в целом даёт хорошую базу для дальнейшего успешного и гармоничного развития личности ребенка.

Практическая значимость

На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданными музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Ритмика способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Курс «Ритмика и хореография» является базовым для овладения другими хореографическими дисциплинами: классический танец, народный танец, балльный танец, современный танец и т.д.

Отсюда предусматривается соблюдение следующих основных условий:

- постепенность развития профессиональных данных у учащихся;
- постепенность увеличения физической нагрузки и технической трудности;
- строгая последовательность и тщательность в изучении основополагающих движений классического танца;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Адресат программы

Особенностью возрастной группы детей, которым адресована данная программа, является то, что в возрасте 5-7 лет ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений — из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и разная по темпу и стилю музыка.

Количество часов по учебному плану 1-х классов – по 33 часа (33 учебные недели по 1 часу).

Количество часов по учебному плану 2-х классов – по 34 часа (34 учебные недели по 1 часу).

Количество часов по учебному плану 3-х классов – по 34 часа (34 учебные недели по 1 часу).

Цели программы

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Основные задачи

- Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, научить элементарным основам хореографического искусства, познакомиться с правилами здорового образа жизни

- Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала, развивать чувство ритма, музыкальный слух, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность; развивать навыки ориентировки в пространстве, координации движений и пластики, навыки владения своим телом; развивать опорно-двигательный аппарат; развивать танцевальный шаг.

- Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса, воспитывать трудолюбие, стремление к двигательной активности, ответственность, упорство, силу воли; воспитывать морально-волевые качества; способствовать формированию инициативной, целеустремленной личности.

Особенностью программы является то, что, программа включает в себя изучение различных направлений и стилей танцевального искусства – таких, как классический танец, современный танец, модерн, джаз. Также особое внимание уделяется техникам танцевальной импровизации.

Оригинальность данной программы – возможность каждого ученика творчески проявить себя и научиться мыслить в понятиях хореографии, а не только учиться двигаться под музыку. Почти в каждом классе отведено время на то, чтобы учащиеся не только учились определенным движениям и танцам, но и могли изложить свои мысли с помощью танца.

Программа достаточно вариативная и позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Уже через несколько месяцев учащиеся овладевают минимальными навыками танца и способны показать свое умение на различных праздниках, что вносит в процесс обучения работу на результат.

При разработке программы учитываются способности учащихся, их индивидуальные и возрастные особенности.

Особенности реализации программы и место проведения занятий

Форма проведения занятий – групповые занятия. Режим занятий: 1-е классы– 1 раз в неделю по 1 часу.

Форма проведения занятий – групповые занятия. Режим занятий: 2-е классы– 1 раз в неделю по 1 часу.

Форма проведения занятий – групповые занятия. Режим занятий: 3-е классы– 1 раз в неделю по 1 часу.

Во время занятий предусмотрены 15-минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха. Каждое занятие включает: организационную часть, разминку, ритмические упражнения, партерный экзерсис, растяжка, подведение итогов занятия, проветривание помещения.

Программа составлена с учетом реализации межпредметных связей по разделам учебных предметов:

- «Музыка», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

- «Литературное чтение», где дети знакомятся с литературными произведениями, которые лягут в основу постановки ритмопластического действия.

- «Окружающий мир», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Самая тесная связь прослеживается между ритмикой и физкультурой. Без этого подлинная выразительность детей, их умение непринужденно передавать в движении характер и особенность музыки, игры, танца не могут быть достигнуты. Выразительность и музыкальность движений опирается на общее развитие детей, крепость их мышц, ловкость, координацию движений. В то же время разучивание упражнений, игр, танцев закрепляет и

совершенствует навыки, приобретенные на физкультуре: осанка, правильный шаг, прыжок, умение ориентироваться в пространстве и т.д.

В программе обучения применяются традиционные **методы обучения**: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения, с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально-ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения. Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать:

- термины, используемые в хореографии;
- основы музыкальной грамоты.

Обучающиеся научатся:

- основам экзерсиса, партерной гимнастики;

- движениям из различных стилей танца;
- исполнять танцевальные комбинации.

Личностные результаты

У обучающихся будут сформированы:

- ответственность за свои поступки;
- уважительное отношение друг к другу;
- потребность к здоровому образу жизни.

Метапредметные результаты

У обучающихся будут сформированы действия:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль поведения, правильности выполнения упражнений;
- анализировать причины успеха, неуспеха;
- уметь работать в группе во время движения;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- слушать собеседника;
- проявлять инициативу и активность.

Занятия ритмикой строятся в форме урока, имеющего подготовительную (разминку), основную и заключительную части.

Подготовительная часть занятия способствует разогреванию мышц, повышению частоты пульса и дыхания. В ней в основном выполняют быстрые и мелкие движения руками, шеей и туловищем, ногами. В конце подготовительной части выполняют прыжки и бег: на месте, с продвижением вправо-влево, вперед-назад, на двух и одной ноге, с имитацией прыжков со скакалкой, в сочетании с бегом на месте.

Задача **основной части** — развитие физических качеств: силы, гибкости, выносливости. Основная часть должна быть примерно в 1,5-2 раза продолжительнее подготовительной, но за счет не большего числа упражнений, а более медленного темпа их исполнения. Движения выполняют на 2, 4, 8 счетов.

Заключительная часть должна научить занимающихся расслабляться, восстанавливать силы. Поэтому упражнения выполняют в положении сидя, лежа. Музыкальным фоном служит плавная, мелодичная музыка. И наконец, в заключение рекомендуется взбодрить занимающихся маршевой музыкой.

При выполнении упражнений ритмической гимнастики необходимо правильно регулировать физическую нагрузку, которая зависит от количества упражнений в комплексе, характера и способа их выполнения, темпа и ритма выполнения, количества повторений каждого упражнения, а также исходных положений

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребёнка; отмечаются успехи всех детей и поощрение тех, у кого пока что-то не получается.

Умение согласовывать свои действия с музыкальным ритмом определяет музыкальность. Это умение приходит в процессе освоения хореографических упражнений. Однако с целью более успешного осознанного усвоения музыкальных ритмов в занятиях ритмикой применяются специальные упражнения, музыкальные игры.

Музыка на уроках ритмики определяет характер движения, его развитие, создаёт эмоциональную основу действия. Подбирая музыкальный материал, для составления комплексов ритмики, необходимо учитывать музыкальные интересы детей, их возраст, знание современных мелодий и ритмов. И от того, насколько правильно подобрана музыка, зависит результат данного урока, а также настроение, с которым занимаются учащиеся.

Ритмические упражнения воспитывают чувство ритма, ощущение сильных и слабых долей такта, умение ритмично исполнять движения. Можно выделить несколько групп ритмических упражнений:

1. разновидности шагов и бега в различном темпе;
2. разновидности шагов и бега с хлопками в различном ритме и темпе;
3. комплекс ритмической гимнастики;
4. музыкальные игры.

Обучение на **1 этапе** направлено на создание у занимающихся общего представления о новом движении, где есть взаимосвязь с музыкой. Учащиеся получают первичные сведения о характере, форме, соответствии упражнений. Основные действия преподавателя на данном этапе включают в себя:

- формулировку музыкально-двигательной задачи;
- указание требований к учащимся;
- выделение связи нового движения с ранее изученными;
- объяснение и показ соответствующего содержанию музыки движения.

На **2 этапе** обучения учащиеся овладевают умением правильно понимать музыку и выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной выразительности.

- преподаватель наблюдает за выполнением учащимися движений в соответствии с темпом, ритмом, динамическим оттенком музыки;
- регулирует ритм, амплитуду движений подсчётом, подсказыванием учащимся момента необходимых действий;
- исправляет их ошибки.

В результате активной работы педагога и учащихся на этом этапе происходит овладение основными движениями во взаимосвязи с музыкой. Главным признаком сформированного музыкально-двигательного навыка являются сознательное выполнение движений в соответствии с характером музыки и автоматизированное выполнение отдельных элементов техники.

3 этап обучения направлен на стабилизацию и совершенствование движений во взаимосвязи с музыкой. Это достигается путём самостоятельного выполнения упражнений под

различную музыку. Степень овладения упражнениями должна быть доведена до прочного навыка.

При проведении занятия между учителем и занимающимися идёт постоянное общение. Это необходимо для информирования учеников о содержании предлагаемых для исполнения упражнений, для уточнения движений и исправления ошибок и для поддержания положительного эмоционального фона занятия. В практической работе используются специальная терминология, а также визуальные указания для контакта с учениками.

В процессе занятий уделяется внимание формированию морально-волевым качествам ребёнка: настойчивости, дисциплинированности, дружеским взаимоотношениям, умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу.

Учащиеся всегда хотят видеть результаты своей работы. Поэтому итогом группы уроков может служить самостоятельная подготовка и показ комплекса упражнений или небольшой танцевальной композиции длительностью 3-5 минут. Демонстрируют эти комплексы на контрольных занятиях после освоения некоторых видов шагов и отдельных упражнений ритмической гимнастики.

На уроках ритмики ребята быстрее избавляются от неуклюжести, угловатости, излишней застенчивости, исправляют осанку, укрепляют мышцы, успешно овладевают другими видами физических упражнений. Благодаря тому, что этот урок безоценочный, учащиеся не боятся проявить себя и чувствуют себя раскрепощённо.

При разработке этой программы составлена модель физически культурной личности, одной из составляющих которой является социально-духовные ценности:

- нравственность – физкультурно-спортивная этика поведения, общения, культуры;
- волевые проявления – смелость, решительность, настойчивость и др.
- отношение к труду – трудолюбие, умение донести начатое дело до конца, осознанное желание трудиться;
- эстетика – ощущение и оценка красоты движений;
- здоровый образ жизни – соблюдение оптимально здорового режима (питания, отдыха);
- мировоззрение – высокий уровень знаний и убеждений.

Таким образом, в основу программы заложено духовно-нравственное и физическое воспитание ребёнка средствами ритмики.

Содержание курса

1. Вводное занятие

Учащиеся знакомятся с предметом «Ритмика». Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

2. Разминка

Проводится на каждом уроке в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. Задача – развитие координации, памяти и внимания, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Примерные упражнения:

- наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;
- вытягивание шеи вперед, из стороны в сторону;
- подъём и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно обоих);
- круговое движение плечами вперед и назад, поочередно правого и левого;
- вращение кистей рук в одну и другую сторону;
- движения рук «волна»;
- подъем рук через стороны вверх и опускание вниз;
- подъем рук через плечи вверх, вниз, вправо, влево;
- наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево;
- повороты корпуса вправо, влево, круговые движения;
- работа бедер вправо, влево, круг, «восьмерка», повороты;
- вращение коленных суставов;
- разминка голеностопа;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- выпады на одну и другую ногу;
- прыжки по 6 позиции с прямыми ногами, сгибая ноги в коленях, на одной ноге и на другой;
- подъём ног с шагами по диагонали;
- приставные шаги по кругу поочередно.

3. Общеразвивающие упражнения

Упражнения на улучшение гибкости:

- наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения;
- сидя на полу, наклоны вправо, влево, вперед;
- сидя на полу в парах, наклоны вперед;
- полушпагат на правую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полушпагат на левую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полушпагат на правую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- полушпагат на левую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- приседания с опорой и без опоры;
- сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь;
- круговые движения стопой;
- выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы;
- упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений:

- перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз);
- одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх;
- выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д.;
- изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провозжать движение руки головой, взглядом;
- отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц:

- подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз;
- быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев);
- подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение;
- свободное круговое движение рук;
- перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

4. Ритмические комбинации

Отрабатываются разновидности шагов:

Комбинация «Гуси»:

- шаги на месте;
- приставные шаги.

Комбинация «Слоник»:

- шаг приставка, руками «нарисовать» уши;
- шаг назад, руки вытянуть вперед, вверх;
- пружинка на месте, в стороны;
- пружинка назад;
- колено, локоть;
- прыжки.

Комбинация «Ладони»

Пары встают лицом друг к другу и делают различные хлопки по одному и в парах. Можно добавить притопы.

5. Ритмические и танцевальные игры

- Зеркало (Дети стоят в парах лицом друг к другу. Один из них показывает движения, другой их повторяет как отражение в зеркале)

- Чудо-юдо (Дети присаживаются, опускают голову и обхватывают руками колени, изображая таинственный кокон. Под музыку из коконов начинают появляться фантастические обитатели других планет.)

- Растения (Дети изображают зернышко, которое, прорастая, превращается в растение или дерево. Каждый ребенок придумывает, во что он будет превращаться. Характерные особенности этого растения или дерева должны отразиться в жесте, позе, движении, мимике. Например, ель — ветки вниз, тополь — вверх, ива — руки расслаблены, кактус — пальцы растопырены.)

- Передай настроение (По просьбе взрослого дети изображают: походку бабушки, движения веселого клоуна, задумчивого или рассеянного человека, радостно бегущего к маме ребенка, походку малыша, который учится ходить, походку осторожного охотника. Чтобы детям было интересней, можно приготовить карточки, на которых изображены сказочные герои: Буратино, Мальвина, Винни-Пух и так далее. Дети изображают данного персонажа.)

6. Разучивание танцевальных связок и комбинаций на основе различных танцевальных стилей

7. Постановка небольших танцевальных номеров

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
Раздел 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ					
1.1.	Ритм, темп и характер музыки	1		1	
1.2.	Взаимосвязь музыки и танца	1		1	
1.3.	Танцевальная азбука	1		1	
Итого по разделу:		3			
Раздел 2. РАЗМИНКА					
2.1.	Экзерсис	2		2	
2.2.	Постановка корпуса, рук, ног, головы	2	1	1	Текущий контроль
2.3.	Танцевальные элементы	1		1	
Итого по разделу:		5			
Раздел 3. ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ					
3.1.	Упражнения на улучшение гибкости	2		2	
3.2.	Упражнения на координацию движений	2		2	
3.3.	Упражнения на расслабление мышц	2		2	

Итого по разделу:		6			
Раздел 4. РИТМИЧЕСКИЕ КОМБИНАЦИИ					
4.1.	Отработка различных разновидностей шагов	2	1	1	Текущий контроль
Итого по разделу:		2			
Раздел 5. РИТМИЧЕСКИЕ И ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ИГРЫ					
5.1.	Ритмические игры	1		1	
5.2.	Танцевальные игры	1		1	
5.3.	Искусство импровизации	1		1	
Итого по разделу:		3			
Раздел 6. РАЗУЧИВАНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СВЯЗОК И КОМБИНАЦИЙ НА ОСНОВЕ РАЗЛИЧНЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ					
6.1.	Знакомство с различными стилями танца и разучивание танцевальных комбинаций на их основе	4	1	3	Текущий контроль
Итого по разделу:		4			
Раздел 7. ПОСТАНОВКА НЕБОЛЬШИХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ НОМЕРОВ					
7.1.	Разучивание флешмобов	4	1	3	Текущий контроль
7.2.	Разучивание и отработка танцевальных номеров	6	1	5	Текущий, итоговой контроль
Итого по разделу:		10			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	№ учебной недели в уч. году	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
			всего	контрольные работы	практические работы	
1.		Ритм, темп и характер музыки	1		1	
2.		Взаимосвязь музыки и танца	1		1	
3.		Танцевальная азбука	1		1	
4.		Экзерсис	2		2	
5.		Постановка корпуса, рук, ног, головы	2	1	1	Текущий контроль
6.		Танцевальные элементы	1		1	
7.		Упражнения на улучшение гибкости	2		2	
8.		Упражнения на координацию движений	2		2	
9.		Упражнения на расслабление мышц	2		2	
10.		Отработка различных разновидностей шагов	2	1	1	Текущий контроль
11.		Ритмические игры	1		1	
12.		Танцевальные игры	1		1	
13.		Искусство импровизации	1		1	

14.		Знакомство с различными стилями танца и разучивание танцевальных комбинаций на их основе	4	1	3	Текущий контроль
15.		Разучивание флешмобов	4	1	3	Текущий контроль
16.		Разучивание и отработка танцевальных номеров	6	1	5	Текущий, итоговый контроль

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

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

- наличие специального зала с зеркалами,
- качественное освещение в дневное и вечернее время,
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи,
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик, маты);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями/руководством).

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**