

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КОРДОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №14**

Согласовано
Заместителем директора по учебно-
воспитательной работе
_____ О.А. Ошарова
«_28» августа 2023

Утверждаю
директор МБОУ Кордовской СОШ №14
_____ И.В. Кугушева

Приказ №55 от «30» августа 2023

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Ритмика»
Для обучающихся 5-6 классов**

Автор составитель программы:
И.С. Воронина
Педагог дополнительного образования
Педагогический стаж 31 год
Первая квалификационная категория

Пояснительная записка

Рабочая программа «Ритмика и танец» составлена в соответствии с программой «Ритмика и бальные танцы» для общеобразовательных учреждений - автор Е.И. Мошкова. М.: «Просвещение», 1997. Рекомендовано Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации.

Программа достаточно вариативна и позволяет использовать индивидуальный творческий подход.

Автор не ставит своей целью выучить и натренировать пары для участия в конкурсах бального танца, так как это в условиях общего среднего образования за два часа занятия в неделю невозможно. Поэтому **главная цель - открыть перед учащимися мир бального танца, приобщить их к этому прекрасному виду искусства**, научить элементарным основам танца, т.е. создать фундамент для более серьезного увлечения.

Уже через несколько месяцев учащиеся овладевают минимальными навыками танца.

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 наряду с популярными танцами он включает и бальные танцы, которые являются общепринятыми во всем мире. 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.

Нововведением в программу являются разделы:

- Современный танец;
- Круговые танцы народов Мира;
- Народный танец.

Ритмика и бальные танцы - как органическая часть системы образования, воспитания и развития личности ребенка в средней школе.

Цели курса:

- социальная адаптация детей;
- эстетическое развитие;
- формирование духовно-нравственных ценностей;
- улучшение внутренней организации;
- воспитание трудолюбия;
- укрепление здоровья;
- раскрытие потенциала личности средствами танцевальной деятельности;
- формирование культуры общения, коммуникативной, уважительного отношения к другим ученикам.

Задачи программы:

- воспитание музыкальных способностей;
- формирование правильной осанки, двигательных навыков и умений;
- развитие физических данных, координации движения, пластичности, хореографической памяти, выносливости;
- формирование умений соотносить движения с музыкой;

- овладения свободой движения;
- приобщение к хореографическому искусству;
- активизация творческих способностей;
- воспитание интереса и любви к искусству хореографии;
- психологическое раскрепощение учащихся;
- снятие физического и нервного напряжения, подъем эмоционального тонуса.

Планируемые результаты обучения: личностные, предметные и метапредметные умения и навыки.

В результате изучения курса «Ритмика и танец» учащиеся получают:

- представление об истории танца;
- знание международной программы конкурсных бальных танцев (стандартной и латино-американской);
- знание разных жанров, стилей и направлений хореографического искусства;
- знание музыкальной грамоты;
- знание средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения;
- воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений и музыкальных игр;
- умение передать настроение и характер танца;
- формирование чувства ансамбля при исполнении бесконтактных танцев;
- знания танцев народов мира;
- умение ориентироваться в зале и двигаться в паре;
- самостоятельная оценка достигнутых результатов;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- развитие умения взаимодействовать с окружающими в процессе постановки танца;
- развитие познавательной, чувственно эмоциональной и волевой сфер обучаемых, формирование мотивации к танцам.

Методические аспекты освоения программы

Основными в освоении программы курса «Ритмики и танец» 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 ощущению».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, место его происхождения. Далее учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно, поэтому иногда можно идти по пути параллельного освоения фигур.

В работе на занятиях для педагога важными **задачами** является:

- правильно поставить в пары, и если потребуеться вовремя заменить партнеров;
- научить двигаться в паре;
- четко соблюдать последовательность подачи информации о движении;
- параллельно изучать сразу 2-3 танца, что разнообразит занятие, повышает интерес учащихся, приводит к более быстрому «растанцовыванию» учащегося;

- сформировать привычки и навыки на эмоциональном уровне;
- создать на занятии психологический микроклимат, свободно общаясь с учащимися на принципах сотворчества, содружества, общего интереса к делу;
- поддерживать на занятиях атмосферу радости, интереса и веселья, побуждая учащихся к творчеству;
- использовать игровые моменты, ролевые игры для создания положительной мотивации, направленные на переключения внимания, разгрузку и отдых.

Основные принципы в работе с учащимися: доступность, системность, последовательность, учет возрастных особенностей, заинтересованность, перспективность.

Основные методы работы

- наглядный - практический качественный показ;
- словесный - объяснение, желательно образное;
- игровой - учебный;
- творческий - самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов.

Качество знаний, умений и практических навыков учащиеся выявляют на зачётных уроках и выступлениях. С первых уроков важна работа над культурой исполнения движений.

Общие задачи курса

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции; в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. **Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях. Увеличение объёма двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечнососудистой и нервной системы.**

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

Важнейшей задачей учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие школьников. Приобщение к миру танца, знакомства с различными направлениями, историей и «географией» танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутреннее обогащают школьников, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром.

На занятиях ритмикой ребёнок учится сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой.

Основная задача курса – привить учащимся необходимые двигательные навыки и умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм. Способность согласовывать движение своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние, и танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая те или иные задачи, которые ставит перед ним педагог.

Главная задача педагога – не только научить ученика определенным приемам, связкам движений в различных танцах, но и выработать в нем способность самостоятельно

видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

Немаловажным является и так называемый лечебный эффект. В результате регулярных занятий создается мышечный корсет и исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. В латиноамериканских танцах в результате активной работы мышц брюшного пресса и спины происходит своеобразный массаж внутренних органов, организм укрепляется, ребенок меньше болеет, таким образом решается задача общего укрепления и физического развития учащихся.

Задача курса также – привить учащимся культуру общения между собой, в паре в танце, с окружающими.

Содержание учебного курса

| № | Разделы | Количество часов |
|---|-----------------------------------|------------------|
| 1 | Введение. История танца | 2 |
| 2 | Ритмика - музыкальное движение | 4 |
| 3 | Ритмическая гимнастика | 6 |
| 4 | Бальные танцы | 16 |
| 5 | Современный танец (бесконтактный) | 20 |
| 6 | Круговые танцы народов мира | 10 |
| 7 | Народный танец | 10 |
| | Всего: | 68 |

Настоящая программа рассчитана на 34 учебных недели, по 2 часа в неделю и состоит из 7 разделов для учащихся 5-6 классов. Каждая тема состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение необходимых теоретических понятий, показ изучаемых элементов танца, объяснение принципа движения, беседу с учащимися, просмотр видеоматериалов.

В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий, изучение теории включается в ткань каждого учебного занятия.

Практическая часть включает разминку, отработку движений учащихся, составление вариаций из изученных движений, их исполнение. В конце каждого занятия учащиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод взаимооценки.

Раздел 1. История танца (2ч)

Введение в образовательную программу курса. Инструктаж по технике безопасности и поведения во время занятий. Беседа «История танца». Танец в древности, в эпоху первобытного строя отражал в основном: веру в сверхъестественные силы на последующие события, показ животного мира, предвосхищение предстоящей охоты. Флора и фауна.

Практическая часть: импровизации на тему «Танцы первобытных людей». Игра «Давай дружить», «Поклон». Освоение движений афропластики.

Раздел 2. Ритмика – музыкальное движение (4ч)

С 1-3 занятие. Азбука музыкального движения. Прослушивание мелодий и определение музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4. Связь музыки и движения. Ритмика, музыкально-

ритмические упражнения- фигурная маршировка. Понятия – темп, динамика, характер музыкального произведения. Разучивание различных перестроений и фигур. Игра «Найди свой путь».

С 4-6 занятие. Музыка и танец- взаимосвязь двух искусств. Характер музыкального сопровождения, его соответствие характеру движения. Игра в хлопки «Найди музыкальную фразу», сюжетно-ролевые и музыкально-подвижные игры «Знакомство» и «Простите».

Раздел 3. Ритмическая гимнастика (6ч)

Общеразвивающие упражнения на развитие координации, пластики. Элементы ассиметричной гимнастики. Движения по линии танца: ходы, галоп, бег, прыжки. Перестроения для танцев. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для развития опорно-двигательного аппарата, упражнения для различных частей тела: для головы, шеи и плечевого пояса, для рук и кистей рук, для корпуса, для ног и ступней. Специальные упражнения на осанку, пластику тела и растяжку.

Раздел 4. Бальные танцы (16ч)

Законодателем моды в бальных танцах является Англия, поэтому Международная программа бальных танцев – стандартная (медленный вальс, венский вальс, квикстеп, медленный фокстрот, танго). Латиноамериканская программа (румба, самба, ча-ча-ча, джайв, пасодобль).

Используя визуальное и контактное ведение в паре, развивая чувство ритма, музыкальность, пластику, координацию, мышечную память, внимание – учащиеся 5-6 классов разучивают диско-танцы: «Музыкальный», «Автодром», «Буги-вуги», «Вару-вару», «Финская полька». Бальные танцы: вальс «Прикосновение», «Сударушка», «Медленный вальс», «Самба».

Отрабатывается техника движений, достигается музыкальность и ритмичность, прививается культура исполнения танца, умение ориентироваться и вести себя на танцевальной площадке. Танцевальные игры: «Выбери пару», «Звездочки».

Раздел 5. Современный танец (20ч)

Разножанровость хореографического искусства. Многообразие стилей и направлений современного танца: диско, техно, рэп, брейкданс, хип-хоп, хаус и т.д. В начале каждого занятия разминка, общеразвивающие упражнения. Учащиеся 5-6 классов разучивают 4 танца в современных ритмах: «Танцуй добро», «Модный рок», «Стакато», «Самбарينو».

Отрабатываются синхронность, чувство ансамбля, музыкальность, ритмичность и выразительность бесконтактных танцев.

Раздел 6. Круговые танцы народов Мира. (10ч)

Культура исполнения круговых танцев народов Мира широко используется в Странах Прибалтики: Эстонии, Латвии, Литве. На массовых фестивалях и праздниках, где все желающие могут встать в общий круг и станцевать. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают в какой стране и у какого народа он произошел. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце. Учащиеся 5-6 классов разучивают 4 массовых круговых танца с целью - вместе исполнять их на школьных мероприятиях,

концертах и праздниках: «ЗимерАтик» (Израиль), «Восточный» (парный), «Брэйнбор Марш» (Германия), «Циркасион».

Раздел 7. Народный танец. (10ч)

«Народный танец – это душевное восприятие окружающего мира». Изучение основных элементов народного танца. Освоение композиционного пространства. Навыки коллективного исполнительства. Обогащение исполнительской выразительности. Понятие об ансамбле, как согласованном действии исполнителей. Учащиеся 6 классов разучивают танец «Пермская кадриль». Учащиеся 5 класса разучивают танец «Ой, как ты мне нравишься» в русском характере.

Общие теоретические понятия.

В течение всего курса учащиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре;
- позиции европейских танцев;
- позиции латиноамериканских танцев;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов;
- доли счета;
- геометрия шагов.

Общеразвивающие упражнения для учащихся.

Движения на развитие координации, элементы ассиметричной гимнастики, движения по линии танца:

- на носках, на каблуках;
- высоко поднимая колени;
- перекаты стопы;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- галоп лицом и спиной в центр и со сменой ног.

Перестроения для танцев:

- «линии»;
- «хоровод»;
- «шахматы»;
- «змейка»;
- «круг».

Ставится задача через образное восприятие: обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды. Учащиеся среднего и старшего возраста пользуются понятиями «вес тела», «ось поворота», «ускорение», «импульс движения», Все учащиеся должны усвоить понятия «ритм», «счет», «размер», «темп» и «характер»; различать вступление и основную мелодию, вступить в танец с начала музыкальной фразы.

Календарно-тематическое планирование

| № урока | Тема занятия | Виды деятельности учащихся | Календарная дата проведения | Фактическая дата |
|--|--|--|-----------------------------|------------------|
| Раздел 1. История танца (2ч) | | | | |
| 1 | Введение. История танца. Игра «Давай дружить». | Введение в программу курса. Изучение инструктажа по ТБ и правил поведения на занятиях. Беседа «Танцы в древние времена». Игра «Давай дружить». | 02.09 | |
| 2 | Импровизация на тему «Танцы первобытных людей». Освоение движений афропластики. | Импровизация на тему «Танцы первобытных людей». Освоение движений афропластики. Поклон. | 03.09 | |
| Раздел 2. Ритмика-музыкальное движение (4ч) | | | | |
| 3 | Ритмика-музыкальное движение. Изучение позиций рук и ног. | Ритмика, музыкально-ритмические упражнения. Знакомство с общими теоретическими понятиями: позиции рук и ног, в паре, линия танца, доли счёта, геометрия шагов. | 09.09 | |
| 4 | Азбука музыкального движения. Связь музыки и движения. Определение музыкальных размеров. | Прослушивание мелодий и определение музыкальных размеров 2/4, 3/4. Понятия – темп, динамика, характер. Фигурная маршировка. Разучивание различных перестроений и рисунков. | 10.09 | |
| 5 | Музыка и танец-взаимосвязь двух искусств. | Характер музыкального сопровождения, его соответствие характеру движения. | 16.09 | |
| 6 | Сюжетно-ролевые и музыкально-подвижные игры: «Знакомство», «Простите», «Найди свой путь», «Выбери пару». | Игры: «Знакомство», «Простите», «Найди свой путь». Игра в хлопки «Найди музыкальную фразу». Разучивание игры в ритме вальса «Выбери пару». | 17.09 | |
| Раздел 3. Ритмическая гимнастика (6ч) | | | | |
| 7 | Освоение общеразвивающих упражнений. | Освоение упражнений на развитие координации, пластики. | 23.09 | |
| 8 | Элементы ассиметричной гимнастики. | Освоение элементов ассиметричной гимнастики. | 24.09 | |

| | | | | |
|---------------------------------------|---|---|-------|--|
| 9 | Движения по линии танца и перестроения для танцев. | Разучивание движений: ходы, галоп, бег, прыжки. Перестроения для танцев. | 30.09 | |
| 10 | Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. День учителя. Концерт. | Освоение системы упражнений для развития отдельных групп мышц и подвижности суставов. | 01.10 | |
| 11 | Упражнения для развития опорно-двигательного аппарата и для различных частей тела. | Разучивание упражнений: для опорно-двигательного аппарата, для головы, шеи и плечевого пояса, для рук и кистей рук, для корпуса, для ног и ступней. | 07.10 | |
| 12 | Специальные упражнения на осанку, пластику тела и растяжку. | Освоение упражнений на осанку, пластику тела и растяжку. | 08.10 | |
| Раздел 4. Бальные танцы (16 ч) | | | | |
| 13 | Ознакомление с международной программой бальных танцев. Отработка движений диско – танца «Музыкальный». | Беседа. Ознакомление с международной программой бальных танцев (стандартной и латиноамериканской). Знакомство с понятиями: контактное и визуальное ведение в паре. Разминка. Отработка движений диско – танца «Музыкальный» | 14.10 | |
| 14 | Разминка. Работа над танцами: Музыкальный Вару-вару. | Разминка. Общеразвивающие танцы упражнения. Отработка движений «Вару-вару»: выход в парах, приглашение. Работа над танцем «Музыкальный». | 15.10 | |
| 15 | Проучивание фигур и движений танцев: Музыкальный Вару-вару Сударушка. | Разминка. Проучивание фигур и движений танцев «Музыкальный», «Вару-вару», «Сударушка». Отработка корпусного движения, правильного и полного переноса веса. Движения «расходимся-сходимся», «свечка». | 21.10 | |
| 16 | День творчества. Осенний бал. Выступление с показательными танцами. | Разминка. Репетиция и выступление с показательными танцами. | 22.10 | |
| 17 | Разучивание и отработка движений в танцах: Автодром Финская полька Сударушка. | Разминка. Разучивание и отработка движений в танцах: «Финская полька», «Автодром», «Сударушка». | 28.10 | |
| 18 | Отработка фигур и движений в | Разминка. Общеразвивающие упражнения. Отработка | 29.10 | |

| | | | | |
|----|---|---|-------|--|
| | танцах: Буги-вуги Финская полька Сударушка. | фигур и движений в танцах: Буги-вуги, Финская полька, Сударушка. | | |
| 19 | Работа над танцами: Финская полька Вальс «Прикосновение». | Разминка. Освоение упражнений на определенные группы мышц. Работа над танцами: Финская полька, вальс Прикосновение. | 11.11 | |
| 20 | Буги-вуги Вальс «Прикосновение» Медленный вальс Самба. Отработка музыкальности и выразительности исполнения движений. | Разминка. Отработка музыкальности и выразительности исполнения движений. Работа над геометрией шагов Медленного вальса, правым поворотом. Разучивание элемента «маятник» в танце «Самба». | 12.11 | |
| 21 | Работа над танцами: Буги-вуги Вальс «Прикосновение» Медленный вальс Самба. | Разминка. Работа над танцами: Буги-вуги, вальс «Прикосновение». Медленный вальс – левый поворот, перемены по одному и в паре. Разучивание основного движения «Самба». | 18.11 | |
| 22 | День матери. Праздничный концерт. | Выступление с танцевальными номерами. | 19.11 | |
| 23 | Работа над танцами: Сударушка Медленный вальс Самба. | Разминка. Повторение танцев: «Сударушка», медленный вальс, самба. Викторина «Угадай танец». | 25.11 | |
| 24 | Работа над танцами: Вару-вару Медленный вальс Самба. | Разминка. Проучивание фигур и движений танца «Вару-вару». Отработка вариантов «Медленного вальса» и латиноамериканского танца «Самба». | 26.11 | |
| 25 | Работа над танцами: Финская полька Медленный вальс Самба. | Разминка. Отработка бального танца в паре «Финская полька». Проучивание элементов и вариантов танцев: «Медленный вальс», «Самба». | 02.12 | |
| 26 | Отработка бесконтактных танцев: Автодром Музыкальный Буги- вуги | Разминка. Отработка бесконтактных танцев: «Автодром», «Буги-вуги», «Музыкальный». Повторение кругового танца (со сменой партнеров) вальс «Прикосновение». Проучивание связок и | 03.12 | |

| | | | | |
|--|---|--|-------|--|
| | Вальс «Прикосновение» Медленный вальс Самба. | вариантов бальных танцев: «Медленный вальс», «Самба». | | |
| 27 | Отработка контактного и визуального ведения в паре в танцах: Вару-вару Медленный вальс, Самба Финская полька, Сударушка. | Разминка. Отработка контактного и визуального ведения в паре в танцах: «Вару-вару», «Финская полька», «Сударушка». Работа в паре над вариантами I,II,III в танцах: «Медленный вальс», «Самба». | 09.12 | |
| 28 | Показ всех диско-танцев и бальных танцев: Автодром, Музыкальный Буги-вуги, Финская полька, Сударушка, Вару-вару, Вальс «Прикосновение» Медленный вальс, Самба. | Разминка. Показ всех диско-танцев и бальных танцев: Автодром, Музыкальный Буги-вуги, Финская полька, Сударушка, Вару-вару, Вальс «Прикосновение» Медленный вальс, Самба. | 10.12 | |
| Раздел 5. Современный танец (20ч) | | | | |
| 29 | Многообразие стилей и направление современного танца. Прослушивание мелодий. | Беседа «Современный танец». Просмотр видео материала. Прослушивание музыкального материала. | 16.12 | |
| 30 | Разминка. Танец в современных ритмах «Модный рок». | Разминка. Работа над фигурами и движениями танца «Модный рок». | 17.12 | |
| 31 | Разминка. Танец в современных ритмах «Стаккато». | Разминка. Проучивание 1 половины танца «Стаккато». | 23.12 | |
| 32 | Новогодний праздник для 5-7 классов. | Выступление с новогодними танцами и играми. | 24.12 | |
| 33 | Разминка. Отработка фигур и движений танца «Стаккато». | Разминка. Работа над фигурами и движениями танца «Стаккато». | 13.01 | |
| 34 | Разминка. Разучивание общешкольного танца «Танцуй добро». | Разминка. Работа над движениями танца «Танцуй добро». | 14.01 | |
| 35 | Разминка. Отработка движений танца «Танцуй добро». | Разминка. Проучивание движений танца. | 20.01 | |
| 36 | Разминка. Работа над 1 фигурой | Разминка. Отработка движений 1 фигуры танца. | 21.01 | |

| | | | | |
|--|---|--|-------|--|
| | общешкольного танца. | | | |
| 37 | Разминка. Отработка 2 фигуры танца «Танцуй добро». | Разминка. Работа над движениями 2 фигуры танца. | 27.01 | |
| 38 | Разминка. Видео-экскурсия «В мире танца». | Просмотр видео - материала «В мире танца». | 28.01 | |
| 39 | Разминка. Разучивание движений танца «Самбарино». | Разминка. Работа над движениями танца «Самбарино». | 03.02 | |
| 40 | Разминка. Отработка движений 1 фигуры танца «Самбарино». | Разминка. Проучивание 1 фигуры танца. | 04.02 | |
| 41 | Разминка. Отработка движений 2 фигуры танца «Самбарино». | Разминка. Работа над 2 фигурой танца. | 10.02 | |
| 42 | Разминка. Отработка движений 3 фигуры танца «Самбарино». | Разминка. Работа над 3 фигурой танца. | 11.02 | |
| 43 | Разминка. Отработка движений 4 фигуры танца «Самбарино». | Разминка. Проучивание движений 4 фигуры танца. Работа над динамикой. | 17.02 | |
| 44 | Разминка. Проучивание фигур и движений танца «Самбарино». | Разминка. Работа над ритмичным исполнением танца «Самбарино». | 18.02 | |
| 45 | Разминка. Отработка танцев «Модный рок» и «Стаккато». | Разминка. Работа над правильным исполнением танцев. | 24.02 | |
| 46 | Разминка. Отработка танцев: «Самбарино», «Танцуй добро». | Разминка. Работа над синхронным исполнением и выразительностью. | 25.02 | |
| 47 | Разминка. Генеральная репетиция показательных танцев. | Повторение выученных танцев в современных ритмах. | 03.03 | |
| 48 | Поздравление учителей и девочек. Показ танцев: модный рок, стаккато, самбарино. | Выступление учащихся 5-6 классов с танцами в современных ритмах. | 04.03 | |
| Раздел 6. Круговые танцы народов Мира (10ч) | | | | |
| 49 | Введение. Круговой танец. Беседа «Культура Прибалтики - массовые танцы народов Мира». | Понятие - круговой танец. Беседа «Культура Прибалтики – массовые танцы народов мира». Разминка. Разучивание движений еврейского танца. | 10.03 | |
| 50 | Круговой танец «ЗимерАтик» (Израиль). Отработка движений 1 фигуры еврейского танца. | Разминка. Проучивание и отработка движений 1 фигуры еврейского танца. | 11.03 | |

| | | | | |
|----|--|---|-------|--|
| 51 | Отработка движений 2 фигуры еврейского танца «ЗимерАтик». | Разминка. Проучивание и отработка движений 2 фигуры еврейского танца. | 17.03 | |
| 52 | Круговой танец «Восточный». Работа над движениями 1 фигуры. | Разминка. Разучивание движений 1 фигуры парного танца «Восточный». | 18.03 | |
| 53 | Разминка. Отработка движений 2 фигуры «Восточного» танца. | Разминка. Работа над 2 фигурой танца в восточном характере. | 24.03 | |
| 54 | Разминка. Круговой парный танец «Брэймбор Марш». | Разминка. Проучивание движений 1 фигуры танца «Брэймбор Марш». | 25.03 | |
| 55 | Разминка. Отработка движений 2 фигуры парного кругового танца «Брэймбор Марш». | Разминка. Разучивание 2 фигуры и отработка движений немецкого танца. | 07.04 | |
| 56 | Черкесский круг «Циркасион». Работа над движениями 1 и 2 фигуры танца. | Разминка. Разучивание и отработка 1, 2 фигур танца «Циркасион». | 08.04 | |
| 57 | Разминка. Разучивание и отработка 3и 4 фигуры танца «Циркасион». | Проучивание фигур и движений танца «Циркасион». | 14.04 | |
| 58 | Зачётный урок-концерт. | Показ круговых танцев на школьном мероприятии. | 15.04 | |
| 59 | Беседа «Народный танец - один из видов хореографического искусства». | Прослушивание беседы «Народный танец – один из видов хореографического искусства». | 21.04 | |
| 60 | Средства музыкальной выразительности на основе танцевального движения. | Изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения. | 22.04 | |
| 61 | Элементы народного танца: положения рук, различные шаги, галоп, подскок, притопы. | Разучивание: положений рук на поясе, в паре, шаги с приставкой и подскоком, притом одинарный и тройной. | 28.04 | |
| 62 | Знакомство с основными элементами народного танца: припадания, ковырялочка, гармошка, моталочка. | Работа над элементами народного танца: припадания, ковырялочка, моталочка. | 29.04 | |
| 63 | Разучивание и отработка | Работа над движениями: хлопушки, присядки, ходы с | 05.05 | |

| | | | | |
|----|---|--|-------|--|
| | движений: хлопушки, присядки, ходы с носка и каблука. | носка и каблука. | | |
| 64 | Знакомство с видеофильмом «Волшебный мир танца». | Просмотр видеофильма «Волшебный мир танца». | 06.05 | |
| 65 | Виды рисунков танца и виды фигур. Разучивание танца «Пермская кадрили»(1, 2, 3,4 фигуры). | Различные построения рисунков и фигур. Приёмы перестроения из одной фигуры в другую. | 12.05 | |
| 66 | Промежуточная аттестация | Выступление с танцем «Пермская кадрили» | 20.05 | |
| 67 | Разминка. Отработка фигур и движений танца «Пермская кадрили». | Работа над танцем «Пермская кадрили». | 26.05 | |
| 68 | Выступление на школьном мероприятии «День детских объединений». | Подготовка и выступление с танцами «Пермская кадрили» «Ой, как ты мне нравишься». | 27.05 | |

Требования к уровню подготовки.

В результате освоения курса учащиеся должны:

- иметь представление о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;
- уметь ориентироваться на сценической площадке;
- уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- иметь навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

Учебно-методическое обеспечение

1. Программа «Ритмика и бальные танцы» для общеобразовательных учреждений - автор Е.И. Мошкова. М.: «Просвещение», 1997.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – М.; Л.; 1964.
3. Веденеева И. Будь молодой и грациозной. – М.,1986.
4. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Л.,1981
5. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. - М.,1988
6. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. -М., 1986
7. Современный бальный танец/ под ред. В. М. Строганова и В.И. Уральский. – М.,1988.
8. Бекина С. И др., Музыка движение – М.: Просвещение,1984
9. Вахромеев В.А. Элементарная теория музыки. – М.: Музыка, 1983.
10. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно-методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток»
11. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно-методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2006.
12. Сиротинина Т. Ритмическая азбука: Муз.пособ. – М., 1994.
13. Видеосборник. Учебный цикл «Линия танца». 1,2 кассеты.
14. Диск «Танцы народов Мира».
15. Для бальных танцев: сборники танцевальной музыки М. Росса.
16. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.: Ральф, 2000.