

**БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«СТОЛИЧНЫЙ ЛИЦЕЙ ИМЕНИ Е.М. КУНГУРЦЕВА»  
«Е.М. КУНГУРЦЕВ НИМО ШОРКАР ЛИЦЕЙ»  
УДМУРТ ЭЛЬКУНЫСЬ КОНЬДЭТЭН ВОЗИСЬКИСЬ  
ОГЪЯДЫШЕТОНЪЯ УЖЪЮРТ**



**Рабочая программа внеурочной деятельности по общеинтеллектуальному  
направлению для обучающихся 1-4, 9-11 классов начального, основного, среднего  
общего образования  
«Танцующая планета» на 2022-2023 учебный год**

**Составитель:  
Камашева Марина Вячеславовна**

**Уровень образования (класс): начальное общее образование, основное общее  
образование, среднее общее образование  
1-4 классы, 9-11 классы**

**2022 г.**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Танцующая планета» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования.

Составитель:

Камашева Марина Вячеславовна, учитель физической культуры

Рецензенты:

Боровикова Надежда Владимировна – учитель иностранного языка, высшая квалификационная категория

Чазова Юлия Сергеевна – учитель географии, высшая квалификационная категория.

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Танцующая планета» разработана для 1-4, 9 -11 классов в соответствии с нормативными правовыми документами федерального уровня: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (п. 22 ст.2; ч. 1,5 ст. 12; ч.7 ст.28; ст.30; п.5 ч. 3 ст. 47; п.1 ч.1 ст.48); СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21.

Нормативными правовыми документами локального уровня:

Уставом БОУ УР «Столичный лицей»;

Учебным планом БОУ УР «Столичный лицей»

Положение о рабочей программе по внеурочному курсу в соответствии с ФГОС НОО, ФГОС ООО, ФГОС СОО БОУ УР «Столичный лицей»

Актуальность: танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Программа направлена на возрождение российской светской бальной культуры, эстетическое воспитание и образование школьников средствами хореографии, бесед и демонстрация освоения данного предмета в проведении школьных балов.

Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, ориентировано на развитие физических данных, на формирование необходимых технических навыков, знакомит с достижениями мировой и российской культуры.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с эпохами, некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

Ее освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, подкрепленных практическими занятиями и показательными выступлениями.

Цель данного курса: является развитие творческих способностей детей в процессе формирования культуры личности, содействие гармоническому, физическому, нравственному и социальному развитию школьников.

Реализации этих целей будет способствовать решение следующих задач:

- ознакомление с наиболее типичными формами исторического танца, его элементами и манерой исполнения;
- овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев;
- приобщение детей к достоянию культуры путём ознакомления с историей возникновения и развития танца;
- содействие правильному физическому развитию организма: выработка правильной и красивой осанки, укреплению всех групп мышц, формирование здорового образа жизни;
- воспитание художественного вкуса, культуры и красоты движения;
- поэтапное овладение каждой возрастной группой умениями и навыками различных направлений хореографии;
- развитие способностей передавать посредством танца определённое эмоциональное состояние;

- развитие активности, внутренней собранности, внимания, самостоятельности, формирование волевых качеств; формирование у воспитанников инициативности. Общительности, трудолюбия, ответственности, коллективизма, реализации в социуме.

Таким образом, принципиальной задачей предлагаемого курса является развитие познавательных способностей и обще-учебных умений и навыков, а не усвоение каких-то конкретных знаний и умений.

Рабочая программа по курсу «Танцующая планета» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего, среднего общего образования.

Составлена на основе примерной программы дисциплины «Мастерство историко-бытового танца» федерального компонента цикла СД ГОС ВПО второго поколения по специальности «Хореографическое искусство». Рекомендовано учебно-методическим объединением по образованию в области хореографического искусства.

Программа данного курса представляет систему эстетического развития для детей в возрасте от 7-10 лет, 15-17 лет.

Программа данного курса рассчитана на:

1 класс- 33 часа, 2 класс-34 часа; 3 класс-34 часа; 4 класс -34 часа;

9 класс -34 часа; 10 класс- 34 часа; 11 класс – 34 час.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, в свободное от учебного процесса время. Длительность занятия по одному академическому часу

Данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных духовно-нравственных качеств личности:

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы -основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека -как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность семьи- как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества- как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность социальной солидарности- как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур

## Методы и методические приёмы обучения

В курсе обучения хореографии 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. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) 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.

Содержание предмета взаимосвязано с содержанием предметов «Музыка», «Изобразительное искусство», «Театральная деятельность», «Физическая культура». Данный предмет содержит основы изучения танцевальной культуры от истоков происхождения и эпохи Средневековья, ознакомление учащихся с наиболее важными событиями данных эпох, с костюмами и украшениями того времени, а также со стилевыми особенностями танцев. Возникновение танцев связано с трудовыми процессами, играми, старинными обрядами, религиозными праздниками. В каждой местности они имели свои особенности. Бытовые танцы, ставшие историческими, представляют собой переработку народного танцевального материала и отражают особенности определенной эпохи или среды. Характерные черты культуры проявляются в построении и стиле танца, в его музыке, одежде танцующих, их манеры и т.д.

Современное образование рекомендует использовать современное техническое оснащение для получения углубленных знаний у учащихся. Поэтому учебный предмет дополнен современным материалом, дающим возможность расширить знания в области хореографии и совершенствовать исполнение танцевальных движений, композиций.

## **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

Отчётный концерт в конце года, показательные выступления перед родителями, выступление на мероприятиях в образовательном учреждении.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса «Танцующая планета».**

### **Личностные результаты**

**Личностные** результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности личностного смысла учения;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- реализация творческого потенциала, ориентация в культурном многообразии окружающей действительности в творческой жизни класса школы и др.

**Метапредметные** результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкального и танцевального материала - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации в процессе познания содержания танцевально-музыкальных образов;

определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;

- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач, во внеурочной и внешкольной музыкально-эстетической деятельности -освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

позитивная самооценка своих творческих возможностей;

- овладение навыками смыслового прочтения содержания «текстов» музыкальных и танцевальных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами деятельности;

-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

-умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

**Предметные** результаты изучения танцев по эпохам отражают опыт учащихся в танцевально-творческой деятельности:

- формирование основ обще-эстетической и танцевальной культуры, развитие художественного вкуса и устойчивого интереса к искусству танца в разные эпохи;
- овладение общечеловеческими нормами нравственности и развитие таких качеств личности, как интеллигентность, адаптивность, креативность, чувство собственного достоинства;
- умение воплощать художественные образы посредством пластики, актерского мастерства, импровизации;
- знания основных направлений и стилей хореографии, а так же соответствующей им базовой лексики - овладение техникой исполнения танцевальных элементов и комбинаций различных стилей и умение выполнять их в соответствующем ритме, темпе, характере;
- развитие основных физиологических качеств (координированность, грациозность, гибкость), необходимых для выполнения танцевального материала на высоком уровне;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения.

У выпускника будет сформированы:

- этические нормы, он сможет определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве;
- понятия и представления о культуре разных эпох, о вкладе своего народа в культурное и художественное наследие мира;
- установка на здоровый образ жизни;
- развитие творческого потенциала ребенка, активизация воображения и фантазии;
- нравственно-этическая ориентация;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с танцевальной деятельностью.

#### **Регулятивные результат**

Регулятивные (обучающийся научится):

- проговаривать последовательность действий на занятии;
- работать по предложенному учителем плану;
- понимать и принимать задачу, сформулированную учителем;
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

#### **Познавательные (обучающийся научится):**

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- проявлять индивидуальные творческие способности при сочинении танцевальных этюдов, подборе простейших музыкальных рифм;
- поиску и выделению необходимой информации;
- применению методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств при написании реферата;
- самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.

#### **Коммуникативные (обучающийся научится):**

- уметь пользоваться языком танцевального искусства:
  - а) донести свою позицию до собеседника;
  - б) оформить свою мысль и выразить свои чувства через движение;
- уметь слушать и понимать высказывания собеседников;
- уметь выразительно исполнять движение, показанное другим учащимся;
- участвовать в коллективном обсуждении проблем и их решении.

### ***Предметные результаты:***

#### **учащиеся научатся:**

- правильно проходить в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- легко шагать с носка на пятку;
- тактировать хлопками музыкальные размеры  $2/4$ ,  $3/4$ ,  $4/4$ , при двухтактовом вступлении вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения (марш  $4/4$ );
- чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного, героического) и уметь передать его в шаге;
- особенностям актерской выразительности;
- выражать образ в разном эмоциональном состоянии: веселом и грустном;
- исполнять элементы и танцевальные движения эпох, которые проходят учащиеся, движения, ходы, элементы, традиции:
- положения рук;
- движениям классического танца: позиции ног, рук, releve, plie, battement tendu;
- основным движениям современного танца.

### **Планируемые результаты изучения курса «Танцующая планета».**

Планируемые результаты по окончании учебного курса «Танцующая планета», учащиеся должны знать и понимать:

- взаимосвязь танца и музыки;
- название основных танцевальных элементов и движений;
- терминологию партерного и классического экзерсиса;

Уметь::

- различать темп, ритм, музыкальный размер, характер музыкальных произведений;
- определять основные рисунки, направления в танце;
- грамотно и технично исполнять танцевальные элементы, комбинации, этюды;
- выполнять танцевальную лексику выразительно, образно, в соответствии с ритмом, темпом, стилем, характером, музыкальной композицией;
- координировать свои движения;
- самостоятельно импровизировать на заданную музыкальную тему;
- объяснять в доступной форме технику исполнения движений;
- находить, анализировать ошибки и исправлять их;
- взаимодействовать со сверстниками, партнёрами по танцу в процессе творческой деятельности;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь тактировать руками размеры  $2/4$ ,  $3/4$ ,  $4/4$ ;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец;



- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.
- знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;
- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопущкой, на полном приседе и с прыжком.
- понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно;
- раскрытие творческих способностей;
- развитие организованности и самостоятельности;

### **Содержание разделов курса внеурочной деятельности с указанием формы организации и видов деятельности**

Данный курс содержит основы изучения танцевальной культуры от истоков происхождения и эпохи с Древней Руси до 20 века, ознакомление учащихся с наиболее важными событиями данных эпох, с костюмами и украшениями того времени, а также со стилевыми особенностями танцев. Возникновение танцев связано с трудовыми процессами, играми, старинными обрядами, религиозными праздниками. В каждой местности они имели свои особенности. Бытовые танцы, ставшие историческими, представляют собой переработку народного танцевального материала и отражают особенности определенной эпохи или среды. Характерные черты культуры проявляются в построении и стиле танца, в его музыке, одежде танцующих, их манеры и т.д.

Современное образование рекомендует использовать современное техническое оснащение для получения углубленных знаний у учащихся. Поэтому учебный предмет

дополнен современным материалом, дающим возможность расширить знания в области хореографии и совершенствовать исполнение танцевальных движений, композиций.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки обучающихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков. Каждое занятие имеет комбинированное построение (включает элементы разных разделов).

Материал программы включает следующие разделы:

1. Вводное занятие.
2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
3. Танцевальная азбука.
4. Танец (народный, историко-бытовой, бальный, современный).
5. Беседы по хореографическому искусству.
6. Творческая деятельность.
7. Постановочная и репетиционная работа.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету.

Практическая часть предусматривает отработку постановочных элементов, танцевальных движений.

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности (1ч)

Теория. Знакомство с режимом работы, форма одежды, техника безопасности, история появления танца и танцевальных движений, освоение терминологии, влияние танца на здоровье человека.

2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты (5ч)

Теория. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды

Практика. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские танцы. Оформление урока классической, современной и народной музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, польки, вальсы в медленном и умеренном темпе. Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Усложненный курс упражнений. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Разучивание основных акробатических элементов. Упражнения на ковре.

3. Танцевальная азбука (6ч)

Теория. Понятие об основных позициях рук и ног у станка, в парах. Виды танцевальных композиций в парах. Разновидность музыкального ритма и темпа.

Практика. Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции. Размер  $3/4$ , характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Прыжки разучиваются лицом к станку. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис у станка и на середине зала.

4. Танец (8ч)

Теория.

Русский танец и его творческие коллективы. Основные отличительные признаки от других хореографических постановок.

Практика. (практические занятия) – закрепляет полученные теоретические знания, позволяя освоить навыки учебных этюдов и танцевальных композиций на материале исторических танцев, умение применять их на практике в исполнительской деятельности, добиваясь техничного исполнения, основываясь на музыкальное сопровождение;

Повторение и закрепление, положение рук, позиции ног. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны – на месте и с движением вперед и назад. Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад: переменный шаг с продвижением вперед и назад.

Беседы по хореографическому искусству (4ч)

Теория. формирует систему знаний об истории развития танцевального творчества различных эпох;

6. Творческая деятельность (4ч)

Практика. Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

7. Постановочная и репетиционная работа (9ч)+1

Практика. Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связей, постановка отдельных элементов и соединение их в танце. Выступление.

### Тематическое планирование внеурочного курса « Танцующая планета».

1 класс.

№	Тема. Количество часов	Содержание
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности (1 ч)	Наше здоровье и техника безопасности.
2.	Историко-бытовой танец. Первые танцы. (1ч.)	Беседа. Краткая характеристика происхождения историко-бытового танца. Его место и значение в истории развития хореографического искусства
3	В мире сказок. (1ч.)	Просмотр видео -материала сказки эпизод «Золушка на балу». Обсуждение.
4	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Ритмические и танцевальные упражнения под музыку. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды
5	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Прослушивание музыки, разных композиторов, которые сочиняли музыкальные произведения «Полька».
6	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмические упражнения. Изучение позиций рук (1,2,3). Изучение позиций ног (6, 3, 1). Основные движения «Полечки».
7	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение движений ,элементов и комбинаций танца «Полечка».
8	Танец «Полечка» . (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение элементов и комбинаций танца «Полечка».
9	Танец «Полечка» (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение элементов и комбинаций танца «Полечка». Работа над качеством выполнения движений
10	Танцевальная азбука. (1ч)	Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции. Размер 3/4, характер

		медленный, спокойный, по два такта на движение. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис на середине зала.
11	Танец «Полечка»	Работа над качеством выполнения движений «Полечка». Правильное положение рук в паре.
12	Танец «Полечка»	Отработка танцевальной композиции «Полечка».
13	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Краткая характеристика происхождения танца «Вальс». Его место и значение в истории развития хореографического искусства. Бальный танец «Вальс».
14	В мире сказок.	Просмотр эпизода видео материала «Красавица и чудовище». Обсуждение.
15	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. вальсы в медленном и умеренном темпе.
16	Танцевальная азбука. (1ч)	Основные движения танца «Вальс». Правильное положение рук в паре.
17	Танец «Вальс»	Изучение танцевальных элементов и комбинаций танца «Вальс».
18	Танец «Вальс»	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
19	Танец «Вальс»	Экзерсис на середине зала. Отработка танца «Вальс»
20	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. вальсы в медленном и умеренном темпе.
21	Танец «Вальс» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Отработка танца «Вальс»
22	Танец «Полечка»«Вальс» (1ч)	Отработка танцевальной композиции «Полечка», «Вальс»
23	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
24	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмопластики, Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связей, постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
25	Танец «Полечка»«Вальс» (1ч)	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
26	Танец «Полечка»«Вальс» (1ч)	Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших массовых танцев.
27	Танец «Полечка»«Вальс» (1ч)	Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связей,

		постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
28	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
29	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре .Отработка поставленных танцевальных композиций
30	Танец «Полечка» «Вальс» (1ч)	Отработка поставленных танцевальных композиций
31	Танец «Полечка»«Вальс» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Контрольный урок.
32	Танец «Полечка»«Вальс» (1ч)	Репетиция на сцене.
33	Танец «Полечка»«Вальс» (1ч)	Отчетный концерт.
	<b>Итого</b>	<b>33 часа</b>

2 класс.

№	Тема. Количество часов	Содержание
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности (1 ч)	Наше здоровье и техника безопасности.
2.	Русь Древняя. Первые танцы. (1ч.)	Беседа. Краткая характеристика об истории русского танца. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
3	Преданья старины глубокой. (1ч.)	Просмотр видео -материала Праздничные игрища, хороводы. Обсуждение.
4	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Ритмические и танцевальные упражнения под музыку. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды
5	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Прослушивание народной, хороводной музыки. Во поле берёза стояла. А мы просо сеяли, сеяли.
6	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмические упражнения. Изучение позиций рук (1,2,3). Изучение позиций ног (1,2, 3, 6). Основные шаги и разновидности шагов к танцу «Хоровод».
7	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение движений, к танцу «Хоровод». Работа с платочком.
8	Танец «Хоровод» . (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение рисунка танца.
9	Танец «Хоровод» (1ч)	Ритмика. Партерные упражнения сидя на коврик. Изучение элементов и комбинаций танца «Хоровод». Работа над качеством выполнения движений.
10	Танцевальная азбука.	Упражнения у станка. Постановка корпуса.

	(1ч)	Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 3-й позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис на середине зала.
11	Танец «Хоровод» (1ч)	Работа над качеством выполнения рисунка танца «Хоровод».
12	Танец «Хоровод»	Отработка танцевальной композиции «Хоровод».
13	Массовые пляски (1ч)	Ритмические упражнения. Краткая характеристика происхождения массового танца. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
14	Преданья старины глубокой.	Просмотр видео материала «Массовые танцы». Обсуждение.
15	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Слушание песни «Калинка»
16	Танцевальная азбука.(1ч)	Основные движения танца «Калинка». Правильное положение рук в паре.
17	Танец «Калинка»	Изучение танцевальных элементов и комбинаций танца «Калинка».
18	Танец «Калинка»	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
19	Танец «Калинка»	Экзерсис на середине зала. Отработка танцевальных движений «Калинка»
20	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Повторение и закрепление танцевальной комбинации.
21	Танец «Калинка» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Отработка танца «Калинка»
22	Танец «Хоровод и танец Калинка» (1ч)	Отработка танцевальной композиции «Хоровод», «Калинка»
23	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре. Обсуждение русского костюма.
24	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмо-пластики, Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связей, постановка отдельных элементов и соединение их в танце.

25	Танец «Калинка» (1ч)	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
26	Танец «Калинка (1ч)	Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших движений к массовым танцам.
27	Танец «Калинка» (1ч)	Отработка танцевальных движений. Манера исполнения.
28	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
29	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре .Отработка поставленных танцевальных композиций
30	Танцы «Калинка» «хоровод» (1ч)	Отработка поставленных танцевальных композиций
31	Танцы «Хоровод и Калинка» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Контрольный урок.
32	Танцы «Хоровод и Калинка» (1ч)	Репетиция на сцене.
33	Танцы «Хоровод и Калинка» (1ч)	Репетиция на сцене.
34	Танцы «Хоровод и Калинка» (1ч)	Отчетный концерт.
	Итого	34 часа

3 класс

№	Тема. Количество часов	Содержание
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности (1 ч)	Наше здоровье и техника безопасности.
2.	Древний мир. Первые танцы. (1ч.)	Беседа. Краткая характеристика об истории Древних танцев. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
3	В мире богов и героев. (1ч.)	Просмотр видео -материала древних мифов. Обсуждение.
4	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Ритмические и танцевальные упражнения под музыку. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды
5	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Прослушивание музыкального произведения Марш Рим.(Юлиус Фучико.)
6	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмические упражнения. Изучение позиций рук (1,2,3). Изучение позиций ног (1,2, 3, 6). Основные шаги и разновидности движений к танцу «Рим».

7	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение движений, к танцу «Рим». Работа в паре.
8	Танец «Рим» . (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение рисунка танца.
9	Танец «Рим» (1ч)	Ритмика. Партерные упражнения сидя на коврик. Изучение элементов и комбинаций танца «Рим». Работа над качеством выполнения движений.
10	Танцевальная азбука. (1ч)	Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 3-й позиции. Размер 4/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис на середине зала.
11	Танец «Рим» (1ч)	Работа над качеством выполнения рисунка танца «Рим».
12	Танец «Рим» (1ч)	Отработка танцевальной композиции «Рим».
13	В мире богов и героев (1ч)	Ритмические упражнения. Краткая характеристика происхождения массового танца. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
14	Преданья старины глубокой.	Просмотр видео материала танец «Тарантелла». Обсуждение.
15	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Слушание музыкального произведения к танцу «Тарантелла».
16	Танцевальная азбука. (1ч)	Основные движения танца «Тарантелла». Правильное положение рук.
17	Танец «Тарантелла»	Изучение танцевальных элементов и комбинаций танца «Тарантелла».
18	Танец «Тарантелла»	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
19	Танец «Тарантелла»	Экзерсис на середине зала. Отработка танцевальных движений «Тарантелла»
20	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Повторение и закрепление танцевальной комбинации.
21	Танец «Тарантелла» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Рисунок танца «Тарантелла»
22	Танец «Тарантелла» (1ч)	Отработка рисунка танца.
23	Ритмика и элементы	Ритмические упражнения. Упражнения на



	музыкальной грамоты. (1ч)	ковре. Обсуждение Итальянского костюма к танцу «Тарантелла»
24	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмопластики, Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связок, постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
25	Танец «Тарантелла» (1ч)	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
26	Танец «Тарантелла»(1ч)	Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших движений к массовым танцам.
27	Танец «Тарантелла» (1ч)	Отработка танцевальных движений. Манера исполнения.
28	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
29	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре .Отработка поставленных танцевальных композиций
30	Танцы «Рим», «Тарантелла» (1ч)	Отработка поставленных танцевальных композиций
31	Танцы «Рим и Тарантелла» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Контрольный урок.
32	Танцы «Рим и Тарантелла» (1ч)	Репетиция на сцене.
33	Танцы «Рим и Тарантелла» (1ч)	Репетиция на сцене.
34	Танцы «Рим и Тарантелла» (1ч)	Отчетный концерт.
	Итого	34 часа

4 класс.

№	Тема. Количество часов	Содержание
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности (1 ч)	Наше здоровье и техника безопасности.
2.	Россия 19 век. (1ч.)	Беседа. Краткая характеристика об истории балов. Когда появился бал в России. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
3	Век Пушкина и Толстого (1ч.)	Просмотр видео –материала Танцы на балу. Обсуждение.
4	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Ритмические и танцевальные упражнения под музыку. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные

		аккорды. Заключительные аккорды
5	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Прослушивание музыкального произведения «Полонез».
6	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмические упражнения. Изучение позиций рук (1,2,3). Изучение позиций ног (1,2, 3, 6). Основные шаги и разновидности движений к танцу «Полонез».
7	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение движений, к танцу «Полонез». Работа в паре.
8	Танец «Полонез» . (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение рисунка танца.
9	Танец «Полонез» (1ч)	Ритмика. Партерные упражнения сидя на коврик. Изучение элементов и комбинаций танца «Полонез». Работа над качеством выполнения движений.
10	Танцевальная азбука. (1ч)	Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 3-й позиции. Размер 4/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис на середине зала.
11	Танец «Полонез» (1ч)	Работа над качеством выполнения рисунка танца «Полонез».
12	Танец «Полонез»	Отработка танцевальной композиции «Полонез».
13	Век Пушкина и Толстого. (1ч)	Ритмические упражнения. Краткая характеристика происхождения массового танца. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
14	Век Пушкина и Толстого.	Просмотр видео материала танец «Менуэт». Обсуждение.
15	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Слушание музыкального произведения к танцу «Менуэт».
16	Танцевальная азбука. (1ч)	Основные движения танца «Менуэт». Правильное положение рук.
17	Танец «Менуэт»	Изучение танцевальных элементов и комбинаций танца «Менуэт».
18	Танец «Менуэт»	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
19	Танец «Менуэт»	Экзерсис на середине зала. Отработка танцевальных движений «Менуэт»
20	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и

		пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Повторение и закрепление танцевальной комбинации.
21	Танец «Менуэт» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Рисунок танца «Менуэт»
22	Танец «Менуэт» (1ч)	Отработка рисунка танца.
23	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре. Обсуждение Французского костюма к танцу «Менуэт»
24	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмо-пластики, Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связей, постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
25	Танец «Менуэт» (1ч)	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
26	Танец «Менуэт»(1ч)	Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших движений к массовым танцам.
27	Танец «Менуэт» (1ч)	Отработка танцевальных движений. Манера исполнения.
28	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
29	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре .Отработка поставленных танцевальных композиций
30	Танцы «Полонез и Менуэт» (1ч)	Отработка поставленных танцевальных композиций
31	Танцы «Полонез и Менуэт» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Контрольный урок.
32	Танцы «Полонез и Менуэт» (1ч)	Репетиция на сцене.
33	Танцы «Полонез и Менуэт» (1ч)	Репетиция на сцене.
34	Танцы «Полонез и менуэт» (1ч)	Отчетный концерт.
	Итого	34 часа

9 класс.

№	Тема. Количество часов	Содержание
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности (1 ч)	Наше здоровье и техника безопасности.
2.	Россия 19 век. (1ч.)	Беседа. Краткая характеристика об истории балов. Когда появился бал в России. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
3	19век «Железа и стали» (1ч.)	Просмотр видео –материала какие танцы на

		балу танцевали в 19 веке. Обсуждение.
4	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Ритмические и танцевальные упражнения под музыку. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды
5	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Прослушивание музыкального произведения «Падеграс».
6	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмические упражнения. Изучение позиций рук (1,2,3). Изучение позиций ног (1,2, 3, 6). Основные шаги и разновидности движений к танцу «Падеграс».
7	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение движений, к танцу «Падеграс». Работа в паре.
8	Танец «Падеграс» . (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение рисунка танца.
9	Танец «Падеграс» (1ч)	Ритмика. Партерные упражнения сидя на коврик. Изучение элементов и комбинаций танца «Падеграс». Работа над качеством выполнения движений.
10	Танцевальная азбука. (1ч)	Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 3-й позиции. Размер 4/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис на середине зала.
11	Танец «Падеграс» (1ч)	Работа над качеством выполнения рисунка танца «Падеграс».
12	Танец «Падеграс»	Отработка танцевальной композиции «Падеграс».
13	В мире богов и героев (1ч)	Ритмические упражнения. Краткая характеристика происхождения массового танца. Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
14	Век «Железа и стали».	Просмотр видео материала танец «Рыцарей». Обсуждение.
15	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Слушание музыкального произведения к танцу «Рыцарей».
16	Танцевальная азбука. (1ч)	Основные движения танца «Рыцарей». Правильное положение рук.
17	Танец «Рыцарей»	Изучение танцевальных элементов и комбинаций танца «Рыцарей».

18	Танец «Рыцарей»	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
19	Танец «Рыцарей»	Экзерсис на середине зала. Отработка танцевальных движений «Рыцарей»
20	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Повторение и закрепление танцевальной комбинации.
21	Танец «Рыцарей» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Рисунок танца «Рыцарей»
22	Танец «Рыцарей» (1ч)	Отработка рисунка танца.
23	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре. Обсуждение костюма к танцу «Рыцари»
24	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмопластики, Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связок, постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
25	Танец «Рыцарей» (1ч)	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
26	Танец «Рыцарей»(1ч)	Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших движений к массовым танцам.
27	Танец «Рыцарей» (1ч)	Отработка танцевальных движений. Манера исполнения.
28	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
29	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре .Отработка поставленных танцевальных композиций
30	Танцы «Падеграс и Рыцарей» (1ч)	Отработка поставленных танцевальных композиций
31	Танцы «Падеграс и Рыцарей» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Контрольный урок.
32	Танцы «Падеграс и Рыцарей» (1ч)	Репетиция на сцене.
33	Танцы «Падеграс и Рыцарей» (1ч)	Репетиция на сцене.
34	Танцы «Падеграс и Рыцарей» (1ч)	Отчетный концерт.
	Итого	34 часа

10класс.

№	Тема. Количество часов	Содержание
---	---------------------------	------------

1	Вводное занятие. Правила техники безопасности (1 ч)	Наше здоровье и техника безопасности.
2.	Россия и мир, начало 20 века. (1ч.)	Беседа. Краткая характеристика истории развития хореографического искусства 20 века.
3	Серебряный век(1ч.)	Просмотр видео –материала какие танцы танцевали в 20 веке. Обсуждение.
4	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Ритмические и танцевальные упражнения под музыку. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды
5	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Прослушивание музыкального направления «Чарльстон».
6	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмические упражнения. Изучение позиций рук (1,2,3). Изучение позиций ног (1,2, 3, 6). Основные шаги и разновидности движений к танцу «Падеграс».
7	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение движений, к танцу «Падеграс». Работа в паре.
8	Танец «Падеграс» . (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение рисунка танца.
9	Танец «Падеграс» (1ч)	Ритмика. Партерные упражнения сидя на коврик. Изучение элементов и комбинаций танца «Падеграс». Работа над качеством выполнения движений.
10	Танцевальная азбука. (1ч)	Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 3-й позиции. Размер 4/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис на середине зала.
11	Танец «Падеграс» (1ч)	Работа над качеством выполнения рисунка танца «Падеграс».
12	Танец «Падеграс» (1 ч)	Отработка танцевальной композиции «Чарльстон».
13	Серебряный век (1ч)	Ритмические упражнения. Краткая характеристика происхождения танца «Чарльстон». Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
14	«Серебряный век».	Просмотр видео материала танец «Чарльстон и Танго». Обсуждение.
15	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку,

		гибкость. Упражнения на ковре. Слушание музыкального произведения к танцу» Чарльстон и Танго».
16	Танцевальная азбука. (1ч)	Основные движения танца «Танго». Правильное положение рук.
17	Танец «Танго»	Изучение танцевальных элементов и комбинаций танца «Танго».
18	Танец «Танго»	Работа в паре. Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
19	Танец «Танго»	Экзерсис на середине зала. Отработка танцевальных движений «Танго»
20	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Повторение и закрепление танцевальной комбинации.
21	Танец «Танго» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Рисунок танца «Танго»
22	Танец «Танго» (1ч)	Отработка рисунка танца.
23	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре. Обсуждение костюма к танцу «Танго»
24	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмо-пластики, Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связок, постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
25	Танец «Танго» (1ч)	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
26	Танец «Танго»(1ч)	Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших движений танца.
27	Танец «Танго» (1ч)	Отработка танцевальных движений. Манера исполнения.
28	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
29	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре .Отработка поставленных танцевальных композиций
30	Танцы «Чарльстон и Танго» (1ч)	Отработка поставленных танцевальных композиций
31	Танцы «Чарльстон и Танго» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Контрольный урок.
32	Танцы «Чарльстон и Танго» (1ч)	Репетиция на сцене.
33	Танцы «Чарльстон и Танго» (1ч)	Репетиция на сцене.
34	Танцы «Чарльстон и Танго» (1ч)	Отчетный концерт.

	Итого	34 часа
--	-------	---------

11класс.

№	Тема. Количество часов	Содержание
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности (1 ч)	Наше здоровье и техника безопасности.
2.	Россия, начало 20 века. (1ч.)	Беседа. Краткая характеристика истории развития хореографического искусства 20 века.
3	Неизвестный 20 век (1ч.)	Просмотр видео – материала какие танцы танцевали в 20 веке. Обсуждение.
4	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Ритмические и танцевальные упражнения под музыку. Особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды
5	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч.)	Прослушивание музыкального направления «Рок-ролл».
6	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмические упражнения. Изучение позиций рук (1,2,3). Изучение позиций ног (1,2, 3, 6). Основные шаги и разновидности движений к танцу Рок н ролл».
7	Танцевальная азбука. (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение движений, к танцу «Рок н ролл». Работа в паре.
8	Танец «Рок н ролл» . (1ч)	Ритмика. Фигурная маршировка. Изучение рисунка танца.
9	Танец «Рок н ролл» (1ч)	Ритмика. Партерные упражнения сидя на коврик. Изучение элементов и комбинаций танца «Рок н ролл». Работа над качеством выполнения движений.
10	Танцевальная азбука. (1ч)	Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 3, 2. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 3-й позиции. Размер 4/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение. Позиции рук в парах; движения рук. Экзерсис на середине зала.
11	Танец «Рок н ролл» (1ч)	Работа над качеством выполнения рисунка танца «Рок н ролл».
12	Танец «Рок н ролл»	Отработка танцевальной композиции «Рок н ролл».
13	Не известный 20 век (1ч)	Ритмические упражнения. Краткая характеристика происхождения танца «Макарена». Его место и значение в истории развития хореографического искусства.
14	«Серебряный век».	Просмотр видео материала танец «Макарен».



		Обсуждение.
15	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Слушание музыкального произведения к танцу» Макарена».
16	Танцевальная азбука. (1ч)	Основные движения танца «Макарена». Правильное положение рук.
17	Танец «Макарена»	Изучение танцевальных элементов и комбинаций танца «Макарена».
18	Танец «Макарена»	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
19	Танец «Джазовый танец»	Просмотр видео материала танец «Джазовый» бродвей. Обсуждение.
20	Танцевальная азбука. (1ч)	Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе. Курс на гибкость и пластику. Комплекс упражнений на растяжку, гибкость. Упражнения на ковре. Повторение и закрепление танцевальной комбинации.
21	Танец «Джазовый» (1ч)	Экзерсис на середине зала. Рисунок танца.
22	Танец «Джазовый» (1ч)	Отработка рисунка танца.
23	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре. Обсуждение костюма к танцу «Джазовый»
24	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Задания на раскрытие творческого потенциала, задания по развитию ритмо-пластики, Отработка танцевальных движений, разучивание композиционных связей, постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
25	Танец «Джазовый» (1ч)	Постановка отдельных элементов и соединение их в танце.
26	Танец «Джазовый»(1ч)	Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших движений танца.
27	Танец «Джазовый» (1ч)	Отработка танцевальных движений. Манера исполнения.
28	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре
29	Ритмика и элементы музыкальной грамоты. (1ч)	Ритмические упражнения. Упражнения на ковре .Отработка поставленных танцевальных композиций
30	Танцы «Рок н ролл, Макарена, Джазовый	Отработка поставленных танцевальных композиций
31	Танцы Рок н ролл, Макарена, Джазовый (1ч)	Экзерсис на середине зала. Контрольный урок.
32	Танцы Рок н ролл, Макарена, Джазовый (1ч)	Репетиция на сцене

33	Танцы Рок н ролл, Макарена Джазовый «Чарльстон и Танго» (1ч)	Репетиция на сцене
34	Танцы «Рок н ролл, Макарена, Джазовый» (1ч)	Отчетный концерт.
	Итого	34 часа

#### **Учебно-методический комплекс**

1. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (-Киев: Музична Україна, 1985)
2. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
3. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009)
4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008)
5. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие» (СПб.: Детство-пресс, 2001)

#### **Список литературы**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренировки и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
8. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
9. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
10. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
12. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)

