

Министерство образования и науки Алтайского края  
Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для  
обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Ребрихинская  
общеобразовательная школа-интернат»

ПРИНЯТА

Педагогическим советом  
(протокол от 31.08.2023 №1)

УТВЕРЖДЕНА

приказом КГБОУ  
«Ребрихинская  
общеобразовательная школа-  
интернат»

от 31.08.2023 № 114

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 20E56ADA205B67448483EBD440BCD3F5  
Владелец: Джафарова Наталья Геннадьевна  
Действителен: с 06.03.2023 до 29.05.2024

Адаптированная  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Ритмика и танец»  
для обучающихся 6-9 классов  
на 2023-2024 учебный год.

Составил:  
Е.В. Нестеренко,  
педагог дополнительного  
образования

Ребриха, 2023 г.

# 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы.

## 1.1 Пояснительная записка.

Направленность. Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа имеет художественно – эстетическую направленность. Программа составлена на основе Примерной программы по внеурочной деятельности Федерального компонента государственного образовательного стандарта второго поколения начального и основного общего образования – автор Е.И. Коротева, Москва, «Просвещение» 2011 год. Программа переработана, дополнена и адаптирована педагогом дополнительного образования Е. В. Нестеренко в соответствии с особенностями её внедрения в школе-интернате, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей умственно отсталых детей.

### Актуальность.

Программа «Ритмика и танец» разработана как целостная система введения в художественную культуру и включает в себя изучение всех основных видов пространственных (пластических) искусств.

Программа «Ритмика и танец» приобщает детей к музыкальному искусству через танец, самый доступный для всех детей, активный вид музыкальной деятельности. Нет сомнений, что наряду с эстетической важностью и художественной ценностью, танец является одним из факторов психического, физического и духовного исцеления детей, а значит, помогает решить задачу охраны здоровья детей.

### Отличительные особенности программы.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря хореографическому образованию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов, с их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам хореографического искусства:

1. Танцевальные термины. Основные танцевальные движения;
2. Элементы классического танца;
3. Основы народного танца;
4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец.
5. Постановка танцев. Отработка номеров

В связи со спецификой занятий, границы программы сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, историко-бытового и народного танца.

В первый раздел включены ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся.

С начала обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца, упражнения которого подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног.

В третий раздел включены элементы народного танца, включены танцы разного характера. Использование различных танцев позволяет развивать координацию ног, корпуса, рук.

В четвертый раздел включены элементы эстрадного танца. Этот раздел состоит из элементов эстрадных танцев, способствует развитию танцевальности, музыкальности, чувства позы.

Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и имеет целью эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей учащихся, понимание содержательности танцевального образа. В процессе постоянной практики дети сами приходят к выводу, что хореография – это содержательное искусство, требующее умения, техники, выразительности. Учащиеся должны получить представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений, легкость, сила и грация.

Адресат программы.

Программа рассчитана на обучающихся 6-9 классов, разного уровня подготовки, физических возможностей.

Объём программы.

Общее количество часов 34ч.

Форма обучения. Обучение очное.

Методы обучения.

1. Словесный (объяснение, замечания)
2. Демонстрационный (личный показ педагога)
3. Практический (выполнение движений)

Тип занятий: комбинированный, тренировочный, репетиционный.

Основные формы проведения занятий:

1. Танцевальные репетиции
2. Подвижные игры
3. Беседы
4. Праздники

Срок освоения программы

Количество учебных недель-35. Недельная нагрузка – 1 час. Регулярность занятий -1 раза в неделю. Срок освоения программы -1год.

## 1.2 Цель и задачи программы.

Цель: всестороннее развитие ребенка с ОВЗ, формирование средствами музыки и ритмических движений, разнообразных умений, способностей, качеств личности средствами танцевального искусства.

Задачи:

- 1.Обучение учащихся двигательным упражнениям под музыку, развитие музыкального слуха, памяти, ритма.
- 2.Развитие творческих способностей, навыков танцевальных движений, формирование красоты и пластики движения.
- 3.Привитие любви к танцевальным традициям.
- 4.Воспитание любви к музыке и спорту.
- 5.Привитие навыков здорового образа жизни.

### 1.3 Содержание программы.

#### Учебный план.

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Организационная работа. Сбор участников коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	4	1	3
2	Классический тренаж. Ритмика. Выступление на мероприятии. Разучивание новых движений танца.	4	1	3
3	Гимнастика. Классический тренаж. Разучивания движений танца «Танец со свечами».	4	1	3
4	Ритмика. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Снежинок»	4	1	3
5	Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца.	4	1	3
6	Классический тренаж. Пластика. Подготовка к мероприятию 8 Марта. Разучивание движений для подтанцовки к песням.	4	1	3
7	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности,	3	1	2
8	Повторение пройденного материала. Ритмика. Подготовка ко Дню победы.	4	1	3
9	Участие в праздничных мероприятиях. Классический тренаж. Отчетный концерт.	3	1	2
	Итого	34	9	25

## Содержание учебно-тематического плана.

1. Организационная работа. Сбор участников коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя. Организационная работа. Сбор участников коллектива...Игры с детьми. Сбор участников, дополнение коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Повторение танцев первого года обучения. Подготовка ко Дню учителя. Разминка. Упражнения на «квадрате». Повторение танца «Танец жизни».

Подготовка ко Дню учителя. Разминка. Упражнение классического дренажа. Повторение танца «Современный Хай Фай». Подготовка ко Дню учителя. Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка. Подготовка ко Дню учителя. Прогон танцев «Танец жизни», «Моя Россия», «Современный Хай Фай». Разминка. Подготовка ко Дню учителя. Репетиция танцев включенных в концерт. Генеральный прогон танцев ко Дню учителя.

2. Классический тренаж. Ритмика. Выступление на мероприятии. Разучивание новых движений танца.

Разминка. Постановка рук и ног в танце. Движение в образе: «Девочка и мячик».

Разучивание движений танца «Вальс». Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков. Постановка танца, соединение выученных упражнений.

Разучивание движений современного танца «Вальс», современных движений к танцу.

Постановка головы, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности.

3. Гимнастика. Классический тренаж. Разучивания движений танца «Танец со свечами».

Разучивание движений современного танца «Танец со свечами» Ритмический тренаж:

ходьба парами, змейкой, звёздочкой. Постановка корпуса. Повторение танца

«Современный Хай Фай» Классический тренаж. Репетиция танца «Танец со свечами» Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений.

Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами» Танцевальная

импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.

4. Ритмика. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Снежинок»

Ритмика. Разучивание движений к танцу «Снежинки». Подготовка к новогодним

мероприятиям. Ритмика. Репетиция танца «Снежинки». Прогон всех танцев. Ритмика.

Портретная гимнастика: упр. «Велосипед», «Бабочка», разучивание движений к танцу

«Снежинки». Ритмика. Разучивание движений к танцу «Снежинки». Подготовка к

новогодним мероприятиям.

5. Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца.

Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Прослушивание музыкальных

произведений «Вальс», «Полька» Портретная гимнастика: упр. «Топотушки», поднятие ног на 90 градусов, «Птичка», «Утюжок», «Флажок». Повторение танцев. Синхронность

движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Портретная гимнастика: упр.

«Тройные притопы с остановкой», «Мячик», «Пружинка» (мягкие приседания).

Разучивание современных движений. Повторение и отработка выученных танцев.

Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений Танцевально-образные движения: змея, кошка, цапля. Разучивание движений к современному танцу. Повторение и отработка выученных танцев.

6. Классический тренаж. Пластика. Подготовка к мероприятию 8 Марта. Разучивание движений для подтанцовки к песням.

Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре). Разучивание движений к казачьему танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества. Ритмика. Танцевально-образная импровизация, людей разных профессий (кузнец, вышивальщица, водитель и художник). Повторение движений современного танца. Подготовка к праздникам. Повторение Классический тренаж. Подготовка к празднику 8 марта. Повторение и отработка выученных танцев. Разучивание движений казачьего танца.

7. Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности, музыкальности.

Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к казачьему танцу. Игровой тренинг «Давайте познакомимся». Репетиция казачьего танца Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений Соединение выученных движений в одну картинку стилизованного казачьего танца.

8. Повторение пройденного материала. Ритмика. Подготовка ко Дню победы. Ритмика. Разучивание дополнительных движений к танцу. Подготовка к майским праздникам. Ритмика. Репетиция казачьего танца. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Подготовка к праздникам. Пластика. Репетиция казачьего танца. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Подготовка к празднику Победы. Репетиция танцев для концерта, поев. Дню Победы. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.

9. Участие в праздничных мероприятиях. Классический тренаж. Подготовка к отчетному концерту.

Обсуждение проведенного мероприятия. Прослушивание классических композиций, игры с детьми. Классический тренаж: релеве по 6-й позиции, пор де бра. Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев. Постановка танца «Вальс». Классический тренаж: деми-плие по 6-й позиции, батман тандю в сторону, вперед, назад крестом, сотэ. Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев и подтанцовок.

### Учебно-тематический план.

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	Организационная работа. Сбор участников коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	4	1	3
1	Организационная работа. Сбор участников коллектива...Игры с детьми Сбор участников, дополнение коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром.	1		1
2	Разучивание разминки. Повторение танцев первого года обучения. Подготовка ко Дню учителя. Разминка. Упражнения на «квадрате». Повторение танца «Танец жизни». Подготовка ко Дню учителя.	1		1
3	Разминка. Упражнение классического дренажа. Повторение танца «Современный Хай Фай». Подготовка ко Дню учителя. Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка. Подготовка ко Дню учителя. Прогон танцев «Танец жизни», «Моя Россия», «Современный Хай Фай»	1		1
4	Разминка. Подготовка ко Дню учителя. Репетиция танцев включенных в концерт. Генеральный прогон танцев ко Дню учителя.	1		1
	Классический тренаж. Ритмика. Выступление на мероприятии. Разучивание новых движений танца.	4	1	3
1	Участие коллектива в праздничном концерте, посв. Дню учителя. Разминка. Постановка рук и ног в танце. Движение в образе: «Девочка и мячик». Разучивание движений танца «Вальс».	1		1
2	Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков. Постановка танца, соединение выученных упражнений. Разучивание движений современного танца «Вальс», современных движений к танцу. Постановка головы, устранение	1		1

	физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности. Разучивание движений современного танца «Танец со свечами»			
3	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных. Боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками. Разучивание движений современного танца «Танец со свечами» Разминка. Разучивание мужской и женской партии «Поклон», «Ковырялочка» вперед и назад... Разучивание движений современного танца «Танец со свечами»	1		1
4	Разминка, танцевальное движение «Пружинка с поворотом», «Подскоки в повороте». Игры с детьми. Разучивание движений современного танца «Танец со свечами» Ритмический тренаж: ходьба парами, змейкой, звездочкой. Постановка корпуса. Повторение танца «Современный Хай Фай»	1		1
	Гимнастика. Классический тренаж. Разучивания движений танца «Танец со свечами».	4	1	3
1	Классический тренаж. Упражнения на «квадрате». Танцевальные движения «Глубокие выпады», «Волна». Разучивание движений современного танца «Танец со свечами» Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений. Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами»	1		1
2	Гимнастика. Танцевальные движения «Большой и маленький квадрат», «Шаги с поднятием колена и рук». Соединение движений танца «Танец со свечами» Классический тренаж. Репетиция танца «Танец со свечами»	1		1
3	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. Отработка движений танца «Танец со свечами». Прогон танцев. Повторение выученных движений и танцев.	1		1
4	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку. Игры с детьми.	1		1



	Ритмика. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Снежинок» Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	4	1	3
1	Ритмика. Портретная гимнастика: упр. «Велосипед», «Бабочка», разучивание движений к танцу «Снежинки»... Подготовка к новогодним праздникам. Разучивание движений к танцу «Снежинки».	1		1
2	Ритмика. Разучивание движений к танцу «Снежинки». Подготовка к новогодним мероприятиям. Соединение движений к танцу «Снежинки» воедино.	1		1
3	Ритмика. Репетиция танца «Снежинки». Прогон всех танцев. Подготовка к новогодним мероприятиям. Репетиция танца «Снежинки». Прогон всех танцев. Выступление на новогодних мероприятиях. Игры с детьми.	1		1
	Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца.	4	1	3
1	Подвижные игры с детьми. Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», «Полька»	1		1
2	Портретная гимнастика: упр. «Топотушки», поднятие ног на 90 градусов, «Птичка», «Утюжок», «Флажок». Повторение танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Повторение танцев «Современный Хай Фай» и отработка современного танца «Танец со свечами». Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1		1
3	Ритмика. Повторение и отработка выученных танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений Портретная гимнастика: упр. «Тройные притопы с остановкой», «Мячик», «Пружинка» (мягкие приседания). Разучивание современных движений. Повторение и отработка выученных танцев. Синхронность движений.	1		1

	Отработка четкости и ритмичности движений			
4	Танцевально-образные движения: змея, кошка, цапля. Разучивание движений к современному танцу. Повторение и отработка выученных танцев. Классический тренаж: да-ми-плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции. Пластика. Повторение выученных движений танца.	1		1
	Классический тренаж. Пластика. Подготовка к мероприятию 8 Марта. Разучивание движений для подтанцовки к песням.	4	1	3
1	Классический тренаж: да-ми-плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции. Пластика. Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре). Разучивание движений к казачьему танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества.	1		1
2	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества. Подготовка ко Дню защитников Отечества и 8 Марта. Отработка всех танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1		1
3	Ритмика. Танцевально-образная импровизация, людей разных профессий (кузнец, вышивальщица, водитель и художник). Повторение движений современного танца. Подготовка к праздникам. Повторение Участие в мероприятии, поев. Дню защитников Отечества. Игры с детьми.	1		1
4	Классический тренаж. Подготовка к празднику 8 марта. Повторение и отработка выученных танцев. Разучивание движений казачьего танца. Подготовка к мероприятию, посв. 8 Марта. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1		1
	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и	3	1	2

	выворотности,			
1	Музыкальные игры с детьми. Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к казачьему танцу.	1		1
2	Партерный экзерсис. Разучивание движений к казачьему танцу. Ритмика. Разучивание движений к казачьему танцу.	1		1
3	Соединение выученных движений в одну картинку стилизованного казачьего танца.	1		1
	Повторение пройденного материала. Ритмика. Подготовка ко Дню победы.	4	1	3
1	Игровой тренинг «Давайте познакомимся». Репетиция казачьего танца Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх). Репетиция и отработка казачьего танца. Отработка четкости и ритмичности движений	1		1
2	Пластика. Репетиция казачьего танца. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Повторение и закрепление выученных танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Подготовка к празднику Победы.	1		1
3	Репетиция танцев для концерта, поев. Дню Победы. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1		1
4	Пластические этюды на подражание растений и животных. Участие коллектива в праздничных мероприятиях, поев. Дню Победы.	1		1
	Участие в праздничных мероприятиях. Классический тренаж. Подготовка к отчетному концерту.	4	1	3
1	Обсуждение проведенного мероприятия. Прослушивание классических композиций, игры с детьми.	1		1

2	Классический тренаж: релеве по 6-й позиции, пор де бра. Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев. Постановка танца «Вальс».	1		1
3	Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев и подтанцовок. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Разучивание танца «Вальс».	1		1
4	Классический тренаж: деми-плие по 6-й позиции, батман тандю в сторону, вперед, назад крестом, сотэ. Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев и подтанцовок. Отчетный концерт.	1		1
	Итого	34	9	25

#### 1.4 Планируемые результаты.

В результате освоения программы дети должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны знать:

- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.
- позиции рук и ног

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического характера

Предполагаемый результат:

В ходе танцевальных занятий воспитанники с ОВЗ не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешной адаптации в обществе.

## 2.Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.2 Условия реализации программы.

Наличие специально оборудованного помещения (музыкальный зал), оснащенного всем необходимым инструментом, раздаточным материалом, необходимыми пособиями, телевизор, магнитофон, компьютер, информационные ресурсы.

### 2.3 Формы подведения итогов реализации программы:

- творческий отчет,
- участие в общешкольных мероприятиях,
- отчетный концерт,
- мониторинг индивидуальных достижений.

### 2.4. Методические материалы.

Наименование раздела	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательной деятельности	Дидактический материал	Техническое оснащение	Формы подведения итогов
Организационная работа. Сбор участников коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	Практическое занятие Беседы Танцевальные репетиции Концерт	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Схемы танцевальных позиций рук и ног	Магнитофон, телевизор, видеозаписи, танцевальный станок	Педагогическое наблюдение Педагогический мониторинг
Классический тренаж. Ритмика. Выступление на	Подвижные игры Танцевальные	Беседа Показ приемов исполнения	Аудиозаписи «Фиксики», «Часики»	Магнитофон, телевизор, видеозаписи, танцевальный	Педагогическое наблюдение Педагогический

мероприятии. Разучивание новых движений танца.	е репетиции Практическое занятие	Тренировочные упражнения		станок	й мониторинг Педагогически й отзыв
Гимнастика. Классический тренаж. Разучивания движений танца «Танец со свечами».	Практическое занятие Танцевальны е репетиции	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Аудиозапись	Магнитофон, телевизор, видеозаписи танцевальный станок	Педагогическое наблюдение Педагогически й мониторинг Педагогически й отзыв
Ритмика. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Снежинок»	Практическое занятие Танцевальны е репетиции	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Аудиозапись «Кружится снежинок хоровод»	Магнитофон, телевизор, видеозаписи	Педагогическое наблюдение Педагогически й мониторинг Педагогически й отзыв Показательное выступление
Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца.	Практическое занятие Танцевальны е репетиции	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Схемы танцевальных позиций рук и ног	Магнитофон, телевизор, видеозаписи	Педагогическое наблюдение Педагогически й мониторинг Педагогически й отзыв
Классический тренаж. Пластика. Подготовка к мероприятию 8 Марта. Разучивание движений для подтанцовки к песням.	Практическое занятие Танцевальны е репетиции Концерт	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Аудиозаписи, флешмоп	Магнитофон, телевизор, видеозаписи танцевальный станок	Педагогическое наблюдение Педагогически й мониторинг Педагогически й отзыв Показательное выступление
Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности,	Практическое занятие Танцевальны е репетиции	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Схемы танцевальных позиций рук и ног	Магнитофон, телевизор, видеозаписи танцевальный станок	Педагогическое наблюдение Педагогически й мониторинг Педагогически й отзыв
Повторение пройденного материала. Ритмика. Подготовка ко Дню победы.	Практическое занятие Танцевальны е репетиции	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Кадриль	Магнитофон, телевизор, видеозаписи	Педагогическое наблюдение Педагогически й мониторинг Педагогически й отзыв Показательное

Участие в праздничных мероприятиях. Классический тренаж. Подготовка к отчетному концерту.	Практическое занятие Танцевальные репетиции Концерт	Беседа Показ приемов исполнения Тренировочные упражнения	Аудиозаписи	Магнитофон, телевизор, видеозаписи	выступление Педагогическое наблюдение Педагогический мониторинг Педагогический отзыв Показательное выступление
---	---	--	-------------	------------------------------------	--

### 3 Список литературы:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – С-Пб, 1997г.
2. Лисицкая Т.С. Хореография и танец — М, 1998г
3. Организация дополнительного образования в школе: планирование, программы, разработки занятий/авт.-сост. Н.А.Белибихина, Л.А.Королева. — Волгоград: Учитель, 2009.
4. Детский музыкальный театр: программы, разработки занятий, рекомендации /авт.сост. Е.Х.Афанасенко и др. - Волгоград: Учитель, 2009.
5. Захаров В. М. Танцы народов мира. - М., 2001.
6. Ткаченко Т. Народный танец. , М. 1967
7. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. М. 1987
8. Захаров Р. Сочинение танца. М. Искусство, 1989

### 2.1 Календарный учебный график.

Начало занятий -2 сентября. Количество учебных недель - 35. Количество часов в неделю – 3 часа. Для удобства детей занятия проводятся во вторую половину дня, в соответствии с режимом школы, расписанием занятий. Занятия проводятся в специально оборудованном кабинете, оснащенным индивидуальным инвентарем. Каникулы соответствуют учебному графику школы: осенние каникулы, зимние каникулы, весенние и летние.

#### Календарно-тематическое планирование

№	Наименование разделов, тем		
		Кол – во часов	Дата
	Организационная работа. Сбор участников коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	4	

1	Организационная работа. Сбор участников коллектива...Игры с детьми Сбор участников, дополнение коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром.	1	06.09
2	Разучивание разминки. Повторение танцев первого года обучения. Подготовка ко Дню учителя. Разминка. Упражнения на «квадрате». Повторение танца «Танец жизни». Подготовка ко Дню учителя.	1	13.09
3	Разминка. Упражнение классического дренажа. Повторение танца «Современный Хай Фай». Подготовка ко Дню учителя. Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка. Подготовка ко Дню учителя. Прогон танцев «Танец жизни», «Моя Россия», «Современный Хай Фай»	1	20.09
4	Разминка. Подготовка ко Дню учителя. Репетиция танцев включенных в концерт. Генеральный прогон танцев ко Дню учителя.	1	27.09
	Классический тренаж. Ритмика. Выступление на мероприятии. Разучивание новых движений танца.	4	
1	Участие коллектива в праздничном концерте, посв. Дню учителя. Разминка. Постановка рук и ног в танце. Движение в образе: «Девочка и мячик». Разучивание движений танца «Вальс».	1	04.10
2	Портретная гимнастика: упражнения для стопы, вытянутость носочков. Постановка танца, соединение выученных упражнений. Разучивание движений современного танца «Вальс», современных движений к танцу. Постановка головы, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности. Разучивание движений современного танца «Танец со свечами»	1	11.10
3	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных. Боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками. Разучивание движений современного танца «Танец со свечами» Разминка. Разучивание мужской и женской партии «Поклон», «Ковырялочка» вперед и назад... Разучивание движений современного танца «Танец со	1	18.10



	свечами»		
4	Разминка, танцевальное движение «Пружинка с поворотом», «Подскоки в повороте». Игры с детьми. Разучивание движений современного танца «Танец со свечами» Ритмический тренаж: ходьба парами, змейкой, звездочкой. Постановка корпуса. Повторение танца «Современный Хай Фай»	1	25.10
	Гимнастика. Классический тренаж. Разучивания движений танца «Танец со свечами».	4	
1	Классический тренаж. Упражнения на «квадрате». Танцевальные движения «Глубокие выпады», «Волна». Разучивание движений современного танца «Танец со свечами» Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений. Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами»	1	08.11
2	Гимнастика. Танцевальные движения «Большой и маленький квадрат», «Шаги с поднятием колена и рук». Соединение движений танца «Танец со свечами» Классический тренаж. Репетиция танца «Танец со свечами»	1	15.11
3	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. Отработка движений танца «Танец со свечами». Прогон танцев. Повторение выученных движений и танцев.	1	22.11
4	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку. Игры с детьми.	1	06.12
	Ритмика. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Снежинок» Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	4	
1	Ритмика. Портретная гимнастика: упр. «Велосипед», «Бабочка», разучивание движений к танцу «Снежинки»... Подготовка к новогодним праздникам. Разучивание движений к танцу «Снежинки».	1	13.12
2	Ритмика. Разучивание движений к	1	20.12

	танцу «Снежинки». Подготовка к новогодним мероприятиям. Соединение движений к танцу «Снежинки» воедино.		
3	Ритмика. Репетиция танца «Снежинки». Прогон всех танцев. Подготовка к новогодним мероприятиям. Репетиция танца «Снежинки». Прогон всех танцев. Выступление на новогодних мероприятиях. Игры с детьми.	1	27.12
	Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца.	4	
1	Подвижные игры с детьми. Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», «Полька»	1	10.01
2	Портретная гимнастика: упр. «Топотушки», поднятие ног на 90 градусов, «Птичка», «Утюжок», «Флажок». Повторение танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Повторение танцев «Современный Хай Фай» и отработка современного танца «Танец со свечами». Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1	17.01
3	Ритмика. Повторение и отработка выученных танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений Портретная гимнастика: упр. «Тройные притопы с остановкой», «Мячик», «Пружинка» (мягкие приседания). Разучивание современных движений. Повторение и отработка выученных танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1	24.01
4	Танцевально-образные движения: змея, кошка, цапля. Разучивание движений к современному танцу. Повторение и отработка выученных танцев. Классический тренаж: дамплие по 1-й, 2-й, 5-й позиции. Пластика. Повторение выученных движений танца.	1	31.01
	Классический тренаж. Пластика. Подготовка к мероприятию 8 Марта. Разучивание движений для	4	

	подтанцовки к песням.		
1	Классический тренаж: да-ми-плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции. Пластика. Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре). Разучивание движений к казачьему танцу. Подготовка ко Дню защитников Отечества.	1	07.02
2	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика. Подготовка ко Дню защитников Отечества Подготовка ко Дню защитников Отечества и 8 Марта. Отработка всех танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1	14.02
3	Ритмика. Танцевально-образная импровизация, людей разных профессий (кузнец, вышивальщица, водитель и художник). Повторение движений современного танца. Подготовка к праздникам. Повторение Участие в мероприятии, поев. Дню защитников Отечества. Игры с детьми.	1	21.02
4	Классический тренаж. Подготовка к празднику 8 марта. Повторение и отработка выученных танцев. Разучивание движений казачьего танца. Подготовка к мероприятию, посв. 8 Марта. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1	28.02
	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности,	3	
1	Музыкальные игры с детьми. Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к казачьему танцу.	1	06.03
2	Партерный экзерсис. Разучивание движений к казачьему танцу. Ритмика. Разучивание движений к казачьему танцу.	1	13.03

3	Соединение выученных движений в одну картинку стилизованного казачьего танца.	1	20.03
	Повторение пройденного материала. Ритмика. Подготовка ко Дню победы.	4	1
1	Игровой тренинг «Давайте познакомимся». Репетиция казачьего танца Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх). Репетиция и отработка казачьего танца. Отработка четкости и ритмичности движений	1	10.04
2	Пластика. Репетиция казачьего танца. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Повторение и закрепление выученных танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Подготовка к празднику Победы.	1	17.04
3	Репетиция танцев для концерта, поев. Дню Победы. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1	24.04
4	Пластические этюды на подражание растений и животных. Участие коллектива в праздничных мероприятиях, поев. Дню Победы.	1	15.05
	Участие в праздничных мероприятиях. Классический тренаж. Подготовка к отчетному концерту.	4	1
1	Обсуждение проведенного мероприятия. Прослушивание классических композиций, игры с детьми.	1	22.05
2	Классический тренаж: релее по 6-й позиции, пор де бра. Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев. Постановка танца «Вальс». Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев и подтанцовок. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Разучивание танца «Вальс».	1	29.05
	Итого	32	