

**Частное общеобразовательное учреждение**

**"РЖД лицей № 12"**

Утверждена приказом директора  
РЖД лицея № 12 № 117 от 28.08.2023 г.

Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Рисующая ритмика»  
на 2023-2024 учебный год  
(1 – 4 классы)

**Составитель:**  
Голушко Мария Андреевна,  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Программа «Рисующая ритмика» составлена в соответствии с требованиями ФГОС на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: - программа «Ритмика и танец» 1-4 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.; - программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы Щербаковой Н.Н., учителя хореографии высшей категории неполной средней школы №39 г. Рыбинска; - программа «Хореография» 1-8 классы Пантелеевой Т.И., учителя средней школы №66 г. Тюмени.

### Планируемые результаты по итогам изучения курса

#### Личностные результаты:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

#### *У учащихся формируются умения:*

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

#### Метапредметные результаты:

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

#### *У учащихся формируются умения:*

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

**Предметные результаты:**

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

*У учащихся формируются умения:*

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю - танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса.

## Содержание разделов и тем учебного курса

### Содержание первого года обучения:

**Партерная гимнастика.** Упражнения для стоп. Упражнения для выворотности. Упражнения для гибкости. Маховые движения. Упражнения на координацию.

**Азбука музыкального движения.** Упражнения для развития чувства ритма. Освоение темпо-ритма. Знакомство с различным характером музыки через танцевальные композиции и игры.

**Эстрадный танец.** Изучение элементов и комбинаций современного, эстрадного танца. Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших массовых танцев.

### Содержание второго года обучения.

**Партерная гимнастика.** Упражнения для стоп. Упражнения для выворотности. Упражнения для гибкости. Маховые движения. Упражнения на координацию.

**Азбука музыкального движения.** Ритмические композиции. Пластическое интонирование. Упражнения на развития чувства ритма, двигательных навыков.

**Эстрадный танец.** Изучение элементов и комбинаций современного, эстрадного танца. Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших массовых танцев.

**Учебно-воспитательная работа.** Организационные мероприятия. Работа с группами, подгруппами. Индивидуальная работа с учащимися.

### Содержание третьего года обучения.

**Партерная гимнастика.** Упражнения для стоп. Упражнения для выворотности. Упражнения для гибкости. Маховые движения. Упражнения на координацию.

**Азбука музыкального движения.** Ритмические композиции. Пластическое интонирование. Упражнения на развития чувства ритма, двигательных навыков.

**Современный танец.** Изучение элементов и комбинаций современного, эстрадного танца. Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших массовых танцев.

**Учебно-воспитательная работа.** Организационные мероприятия. Работа с группами, подгруппами. Индивидуальная работа с учащимися.

### Содержание четвертого года обучения.

**Партерная гимнастика.** Упражнения для стоп. Упражнения для выворотности. Упражнения для гибкости. Маховые движения. Упражнения на координацию.

**Азбука музыкального движения.** Упражнения для развития чувства ритма. Освоение темпо-ритма. Знакомство с различным характером музыки через танцевальные композиции и игры.

**Эстрадный танец.** Изучение элементов и комбинаций современного, эстрадного танца. Работа над качеством выполнения движений танца. Изучение простейших массовых танцев.

**Народно-сценический танец.** Позиции ног: прямые, свободные, закрытые. Позиции и положения рук. Русский народный танец основные положения рук и ног;

элементы танца; хлопки и хлопушки; вариация в характере русского танца.

**Учебно-воспитательная работа.** Организационные мероприятия. Работа с группами, подгруппами. Индивидуальная работа с учащимися.

**Календарно-тематическое планирование на 2023-2024 учебный год:**

1 год обучения

**Общее количество часов: 66**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Календарные сроки	
			Дата по плану	Дата фактич.
1	Вводное занятие. Знакомство с учениками.	1	13.09	
2	Разучивание разминки и движений по диагонали.	1	15.09	
3	Понятие осанка; постановка корпуса; Изучение позиций ног.	1	20.09	
4	Понятие осанка; постановка корпуса; Изучение позиций ног.	1	22.09	
5	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	27.09	
6	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	29.09	
7	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	04.10	
8	Партерная гимнастика. Маховые движения.	1	06.10	
9	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	11.10	
10	Упражнения на координацию.	1	13.10	
11	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	18.10	
12	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	20.10	
13	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	25.10	
14	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	27.10	
15	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	08.11	
16	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	10.11	

17	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	15.11	
18	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	17.11	
19	Упражнения на координацию.	1	22.11	
20	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	24.11	
21	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	29.11	
22	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	01.12	
23	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	06.12	
24	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	08.12	
25	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	13.12	
26	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	15.12	
27	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	20.12	
28	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	22.12	
29	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	27.12	
30	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за I и II четверть)	1	29.12	
31	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	10.01	
32	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	12.01	
33	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	17.01	
34	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	19.01	
35	Упражнения на координацию.	1	24.01	
36	Знакомство с окружающими нас звуками (биение сердца, шаги, тиканье часов, журчание	1	26.01	

	воды, дыхание).			
37	Знакомство с ритмом (с помощью хлопков и притопов).	1	31.01	
38	«Что услышал – то рисуй!» (заранее предлагаются карточки-раскраски). Прослушать песни о сказочных героях; необходимо угадать героя, найти правильную карточку и раскрасить её	1	02.02	
39	Разучивание различных прыжков	1	07.02	
40	Разучивание различных прыжков	1	09.02	
41	Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.	1	14.02	
42	Основные положения рук и головы: подготовительная, первая вторая и третья позиции.	1	16.02	
43	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты вправо и влево, упражнение «тик- так».	1	28.02	
44	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты вправо и влево, упражнение «тик- так».	1	02.03	
45	Танцевальная импровизация: «Аквариумные рыбки» -задание: каждому ребенку предлагается придумать движение рыбок. С начала они придумывают свои этюды по очереди, за тем представляют, что они в аквариуме и все вместе начинают танцевать свои этюды.	1	07.03	
46	Игры на развитие психических процессов (внимание, память, мышление, воображение) - игры на перестроения	1	09.03	
47	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	14.03	
48	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	16.03	
49	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	21.03	
50	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	23.03	
51	Изучение элементов и комбинаций эстрадного	1	04.04	

	танца.			
52	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	06.04	
53	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	11.04	
54	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	13.04	
55	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	18.04	
56	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	20.04	
57	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	25.04	
58	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	27.04	
59	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	02.05	
60	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	04.05	
61	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	09.05	
62	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	11.05	
63	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	16.05	
64	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	18.05	
65	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	23.05	
66	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за год)	1	25.05	

**Календарно-тематическое планирование на 2023-2024 учебный год:**

2 год обучения

**Общее количество часов: 68**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Календарные сроки	
			Дата по плану	Дата фактич.
1	Вводное занятие. Знакомство с учениками.	1	13.09	
2	Разучивание разминки и движений по диагонали.	1	15.09	
3	Понятие осанка; постановка корпуса; Позиции ног.	1	20.09	
4	Понятие осанка; постановка корпуса; Позиции рук.	1	22.09	
5	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	27.09	
6	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	29.09	
7	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	04.10	
8	Партерная гимнастика. Маховые движения.	1	06.10	
9	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	11.10	
10	Упражнения на координацию.	1	13.10	
11	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	18.10	
12	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	20.10	
13	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	25.10	
14	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	27.10	
15	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	08.11	
16	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	10.11	
17	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	15.11	
18	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие	1	17.11	

	мышцы.			
19	Упражнения на координацию.	1	22.11	
20	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	24.11	
21	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	29.11	
22	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	01.12	
23	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	06.12	
24	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	08.12	
25	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	13.12	
26	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	15.12	
27	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	20.12	
28	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	22.12	
29	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	27.12	
30	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за I и II четверть)	1	29.12	
31	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	10.01	
32	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	12.01	
33	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	17.01	
34	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	19.01	
35	Упражнения на координацию.	1	24.01	
36	Знакомство с окружающими нас звуками (биение сердца, шаги, тиканье часов, журчание воды, дыхание).	1	26.01	
37	Знакомство с ритмом (с помощью хлопков и притопов).	1	31.01	

38	«Что услышал – то рисуй!» (заранее предлагаются карточки-раскраски). Прослушать песни о сказочных героях; необходимо угадать героя, найти правильную карточку и раскрасить её	1	02.02	
39	Разучивание различных прыжков	1	07.02	
40	Разучивание различных прыжков	1	09.02	
41	Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.	1	14.02	
42	Основные положения рук и головы: подготовительная, первая вторая и третья позиции.	1	16.02	
43	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты в право и влево, упражнение «тик- так».	1	21.02	
44	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты в право и влево, упражнение «тик- так».	1	23.02	
45	Танцевальная импровизация: «Аквариумные рыбки» -задание: каждому ребенку предлагается придумать движение рыбок. С начала они придумывают свои этюды по очереди, за тем представляют, что они в аквариуме и все вместе начинают танцевать свои этюды.	1	28.02	
46	Игры на развитие психических процессов (внимание, память, мышление, воображение) - игры на перестроения	1	02.03	
47	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	07.03	
48	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	09.03	
49	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	14.03	
50	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	16.03	
51	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	21.03	
52	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	23.03	

53	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	04.04	
54	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	06.04	
55	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	11.04	
56	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	13.04	
57	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	18.04	
58	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	20.04	
59	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	25.04	
60	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	27.04	
61	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	02.05	
62	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	04.05	
63	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	09.05	
64	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	11.05	
65	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	16.05	
66	Организационные мероприятия.	1	18.05	
67	Индивидуальная работа с учащимися.	1	23.05	
68	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за год)	1	25.05	

## Календарно-тематическое планирование на 2023-2024 учебный год:

3 год обучения

**Общее количество часов: 68**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Календарные сроки	
			Дата по плану	Дата фактич.
1	Вводное занятие. Знакомство с учениками.	1	13.09	
2	Разучивание разминки и движений по диагонали.	1	15.09	
3	Понятие осанка; постановка корпуса; Позиции ног.	1	20.09	
4	Понятие осанка; постановка корпуса; Позиции рук.	1	22.09	
5	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	27.09	
6	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	29.09	
7	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	04.10	
8	Партерная гимнастика. Маховые движения.	1	06.10	
9	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	11.10	
10	Упражнения на координацию.	1	13.10	
11	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	18.10	
12	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	20.10	
13	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	25.10	
14	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	27.10	
15	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	08.11	
16	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	10.11	
17	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	15.11	

18	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	17.11	
19	Упражнения на координацию.	1	22.11	
20	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	24.11	
21	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	29.11	
22	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	01.12	
23	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	06.12	
24	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	08.12	
25	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	13.12	
26	Изучение элементов и комбинаций современного танца.	1	15.12	
27	Работа над качеством выполнения движений современного танца.	1	20.12	
28	Работа над качеством выполнения движений современного танца.	1	22.12	
29	Работа над качеством выполнения движений современного танца.	1	27.12	
30	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за I и II четверть)	1	29.12	
31	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	10.01	
32	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	12.01	
33	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	17.01	
34	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	19.01	
35	Упражнения на координацию.	1	24.01	
36	Знакомство с окружающими нас звуками (биение сердца, шаги, тиканье часов, журчание воды, дыхание).	1	26.01	
37	Знакомство с ритмом (с помощью хлопков и	1	31.01	

	притопов).			
38	«Что услышал – то рисуй!» (заранее предлагаются карточки-раскраски). Прослушать песни о сказочных героях; необходимо угадать героя, найти правильную карточку и раскрасить её	1	02.02	
39	Разучивание различных прыжков	1	07.02	
40	Разучивание различных прыжков	1	09.02	
41	Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.	1	14.02	
42	Основные положения рук и головы: подготовительная, первая вторая и третья позиции.	1	16.02	
43	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты в право и влево, упражнение «тик- так».	1	21.02	
44	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты в право и влево, упражнение «тик- так».	1	23.02	
45	Танцевальная импровизация: «Аквариумные рыбки» -задание: каждому ребенку предлагается придумать движение рыбок. С начала они придумывают свои этюды по очереди, за тем представляют, что они в аквариуме и все вместе начинают танцевать свои этюды.	1	28.02	
46	Игры на развитие психических процессов (внимание, память, мышление, воображение) - игры на перестроения	1	02.03	
47	Изучение элементов и комбинаций народного танца.	1	07.03	
48	Изучение элементов и комбинаций народного танца.	1	09.03	
49	Изучение элементов и комбинаций народного танца.	1	14.03	
50	Изучение элементов и комбинаций народного танца.	1	16.03	
51	Изучение элементов и комбинаций народного танца.	1	21.03	
52	Изучение элементов и комбинаций народного	1	23.03	

	танца.			
53	Изучение элементов и комбинаций народного танца.	1	04.04	
54	Изучение элементов и комбинаций народного танца.	1	06.04	
55	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	11.04	
56	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	13.04	
57	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	18.04	
58	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	20.04	
59	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	25.04	
60	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	27.04	
61	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	02.05	
62	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	04.05	
63	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	09.05	
64	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	11.05	
65	Работа над качеством выполнения движений народного танца.	1	16.05	
66	Организационные мероприятия.	1	18.05	
67	Индивидуальная работа с учащимися.	1	23.05	
68	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за год)	1	25.05	

**Календарно-тематическое планирование на 2023-2024 учебный год:**

4 год обучения

**Общее количество часов: 68**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Календарные сроки	
			Дата по плану	Дата фактич.
1	Вводное занятие. Знакомство с учениками.	1	13.09	
2	Разучивание разминки и движений по диагонали.	1	15.09	
3	Понятие осанка; постановка корпуса; Изучение позиций ног.	1	20.09	
4	Понятие осанка; постановка корпуса; Позиции рук.	1	22.09	
5	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	27.09	
6	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	29.09	
7	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	04.10	
8	Партерная гимнастика. Маховые движения.	1	06.10	
9	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	11.10	
10	Упражнения на координацию.	1	13.10	
11	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	18.10	
12	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	20.10	
13	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	25.10	
14	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	27.10	
15	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	08.11	
16	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	10.11	
17	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	15.11	

18	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	17.11	
19	Упражнения на координацию.	1	22.11	
20	Изучение элементов и комбинаций современного - эстрадного танца.	1	24.11	
21	Изучение элементов и комбинаций современного - эстрадного танца.	1	29.11	
22	Изучение элементов и комбинаций современного - эстрадного танца.	1	01.12	
23	Изучение элементов и комбинаций современного - эстрадного танца.	1	06.12	
24	Изучение элементов и комбинаций современного - эстрадного танца.	1	08.12	
25	Изучение элементов и комбинаций современного - эстрадного танца.	1	13.12	
26	Изучение элементов и комбинаций современного - эстрадного танца.	1	15.12	
27	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	20.12	
28	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	22.12	
29	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	27.12	
30	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за I и II четверть)	1	29.12	
31	Партерная гимнастика. Упражнения для стоп.	1	10.01	
32	Партерная гимнастика. Упражнения для выворотности.	1	12.01	
33	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости.	1	17.01	
34	Партерная гимнастика. Движения, укрепляющие мышцы.	1	19.01	
35	Упражнения на координацию.	1	24.01	
36	Знакомство с окружающими нас звуками (биение сердца, шаги, тиканье часов, журчание воды, дыхание).	1	26.01	
37	Знакомство с ритмом (с помощью хлопков и	1	31.01	

	притопов).			
38	«Что услышал – то рисуй!» (заранее предлагаются карточки-раскраски). Прослушать песни о сказочных героях; необходимо угадать героя, найти правильную карточку и раскрасить её	1	02.02	
39	Разучивание различных прыжков	1	07.02	
40	Разучивание различных прыжков	1	09.02	
41	Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.	1	14.02	
42	Основные положения рук и головы: подготовительная, первая вторая и третья позиции.	1	16.02	
43	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты в право и влево, упражнение «тик- так».	1	21.02	
44	Положение головы: прямо, верх, вниз, «положить ушко» вправо и влево, повороты в право и влево, упражнение «тик- так».	1	23.02	
45	Танцевальная импровизация: «Аквариумные рыбки» -задание: каждому ребенку предлагается придумать движение рыбок. С начала они придумывают свои этюды по очереди, за тем представляют, что они в аквариуме и все вместе начинают танцевать свои этюды.	1	28.02	
46	Игры на развитие психических процессов (внимание, память, мышление, воображение) - игры на перестроения	1	02.03	
47	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	07.03	
48	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	09.03	
49	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	14.03	
50	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	16.03	
51	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	21.03	
52	Изучение элементов и комбинаций эстрадного	1	23.03	

	танца.			
53	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	04.04	
54	Изучение элементов и комбинаций эстрадного танца.	1	06.04	
55	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	11.04	
56	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	13.04	
57	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	18.04	
58	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	20.04	
59	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	25.04	
60	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	27.04	
61	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	02.05	
62	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	04.05	
63	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	09.05	
64	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	11.05	
65	Работа над качеством выполнения движений эстрадного танца.	1	16.05	
66	Организационные мероприятия.	1	18.05	
67	Индивидуальная работа с учащимися.	1	23.05	
68	Урок-обобщение (повторение тем, изученных за год)	1	25.05	

### **Используемая литература**

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, тренинги 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)

### **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. Зяткина, Л. В. Стрелетова «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).