

**Департамент Образования г. Москвы**  
**Общеобразовательная автономная некоммерческая организация**  
**«Средняя общеобразовательная школа «ИНТЕК»**

ПРИНЯТО  
решением педагогического совета  
ОАНО «СОШ «ИНТЕК»  
Протокол № 1 от 29.08.2016



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по внеурочной деятельности**

Направление: спортивно - оздоровительное  
Наименование программы: Хореография  
1- 4 классы

Составитель: Монастырская Т.Н..  
Педагог - хореограф

г. Москва

2016 г.

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа предмета «Хореография» разработана на основе и с учетом ФГОС ООО требований к общей общеобразовательной программе внеурочной деятельности для учащихся 1-3 классов, утвержденные приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г № 1897 и приказом Министерства образования и науки РФ №2357 от 22 сентября 2011г. с учетом межпредметных и внутрипредметных связей и логики учебного процесса.

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.

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании, и к учебному процессу общеобразовательного учреждения АОНО СОШ «ИНТЕК», с учетом СанПин 2.4.2.2821-10.

Главный принцип, заложенный в Программу – создание творческого образа в танце на основе индивидуальности самого ребенка.

В процессе обучения педагогами выявляются, такие особенности учащихся как характер, темперамент, пристрастия и склонности.

Цель программы – раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

В процессе обучения педагогом определены и решаются следующие задачи:

- \* развитие интереса и приобщение учащихся к мировой танцевальной культуре;
- \* развитие танцевальных, музыкальных, артистических и других творческих способностей каждого учащегося;
- \* формирование у учащихся внимательного отношения к собственным возможностям, к манере танцевального исполнения, к пластическому разнообразию, анализа собственной творческой деятельности;
- \* развитие мышечных ощущений, моторно-двигательной памяти, чувственно-образного мышления, пластической подвижности;
- \* привитие ребенку культуры общения между собой и окружающими и оказание помощи учащемуся в адаптации его в современных условиях жизни.

Программа ориентирована на интересы и потребности ребенка, направлена на формирование его мыслительного потенциала, на становление творческой личности, способной художественно осмыслить окружающий мир и явления жизни в искусстве.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

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

Программа предполагает постепенное расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся путем последовательного прохождения по годам обучения за четыре курса с учетом возрастных и психических особенностей детей 6-11-летнего возраста.

Основной формой реализации Программы является занятие с группой детей не более 15-20

человек. Групповая форма позволяет педагогу внимательней наблюдать за качественным преобразованием двигательной активности учащегося, помочь каждому учащемуся развивать его пластические возможности.

В зависимости от результатов наблюдений может быть перестроение класса, исходя из различных задач, особенностей межличностных контактов детей.

Предмет «ХОРЕОГРАФИЯ» изучается в 1 - 3 классах. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Максимальная продолжительность занятия - 1 академический час.

Форма одежды определяется педагогом исходя из специфики занятий.

Схема построения занятия во всех классах одинакова: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

Различается содержание и время, отведенное на каждую из частей занятия. На основную часть занятия в 1 классе отводится 15 минут, во 2 и 3 классах - 30 минут. Основная часть занятий 1 и 2 классов содержит учебно-тренировочные задания, а в 3 классах больше отводится времени на разучивание танцев.

Схема возрастного и количественного распределения детей по классам, количество практических занятий в неделю и их продолжительность.

<b>КЛАС С</b>	<b>ВОЗРАС Т ДЕТЕЙ</b>	<b>ЧИСЛ О ГРУП П</b>	<b>КОЛ-ВО ЗАНЯТИЙ В НЕДЕЛЮ</b>	<b>ПРОДОЛЖИТЕЛЬН ОСТЬ ЗАНЯТИЯ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ЧАС</b>	<b>КОЛ-ВО ЧАСОВ В НЕДЕЛ Ю</b>
1	6-8	1	1	1	1
2	8-9	1	1	1	1
3	9-11	1	1	1	1

За период обучения учащиеся получают определенный программой объем знаний и умений, качество которых ежегодно проверяется.

Зачеты проводятся по изученной дисциплине по практическим умениям.

Учитель подводит итоги учебного года, дает оценку творческих достижений учащихся, определяет задачи на будущие годы обучения.

## **Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности**

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Хореография».

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

1. личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей

2. метапредметные результаты - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий

3. предметные результаты - выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

### **Содержание учебного предмета, курса**

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

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

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

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

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и физкультурой: и по строению урока, и по его насыщенности. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине

и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок имеет конкретную цель - тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физической культурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

В течение всего курса обучающиеся знакомятся со следующими общими понятиями:

1. позиции ног;
2. позиции рук;
3. позиции в паре;
4. рисунок танца;
5. линия танца;
6. направление движения;
7. углы поворотов.

Предмет «Хореография» включает разминку, общеразвивающие упражнения, танцевальные элементы и детские танцы.

### **РАЗМИНКА (ТРЕНАЖ)**

Проводится в начале каждого урока на середине зала стоя, либо лежа на гимнастических ковриках на полу. Порядок упражнений выстраивается по принципу от простого к сложному и с головы заканчивая стопами. Разминка (тренаж) выполняется под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. С первого занятия учащиеся приобретают опыт музыкального восприятия. Задача - создать у детей эмоциональный настрой во время занятий.

В связи с этим, выдвигаются следующие требования к музыкальному оформлению занятия:

\* правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемым движением, т.е. с соблюдением принципа «музыка-движение»;

\* художественное или выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приемом преподавания.

Задача данного этапа – развитие координации, памяти и внимания, умения воспроизводить движения показанные педагогом, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

### **ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики, движения по линии танцев:

1. на носках, каблуках,
2. перекаты стопы,
3. высоко поднимая колени,
4. выпады,
5. ход лицом и спиной,
6. бег с подскоками,

7. галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.

Перестроения для танцев:

1. “линии”,
2. “хоровод”,
3. “шахматы”,
4. “змейка”,
5. “круг”.

Задача данного этапа – черезобразное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

Программа обучения выдвигает следующие задачи музыкально-ритмической деятельности детей 6-11-летнего возраста:

- \* научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо, громче, тише), регистрами (высокий, средний, низкий);
- \* переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- \* отмечать в движении метр (сильную долю такта), метрическую пульсацию и простейший ритмический рисунок в хлопках, притопах;
- \* менять движения в соответствии с двух-, трех частной формой и музыкальными фразами;
- \* закреплять понятия о трех основных жанрах музыки (песня-танец-марш).

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество является составной частью обучения.

## **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ И ДЕТСКИЕ ТАНЦЫ**

Изучаются основные движения и вариации из них, а также некоторые популярные танцы, которые развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. Улучшается память, внимание, внутренняя организация.

Задача данного этапа – обучить отдельным танцам, задача которых – отработка корпусного движения, правильного и полного переноса тела, точной работы стопы.

## **Содержание программы по годам обучения**

### **1 КЛАСС (первый год обучения)**

1 час в неделю, 33 часа.

Задача: развить ритмическое и музыкальное восприятие, научить использовать паузы в движении, формирование правильной осанки, сохранение эластичности мышц посредством упражнений на пластику и растяжку.

### **2 КЛАСС (второй год обучения)**

1 час в неделю, 34 часа.

Задача: научить слушать музыку и понимать команды, разнообразить набор привычных движений, развивать координацию, чувство ритма, память, внимание, заинтересовать.

### **3 КЛАСС (третий год обучения)**

1 час в неделю, 34 часа.

Задача : продолжение развития чувства ритма, музыкальности, пластики, координации, развитие памяти, разнообразить набор привычных движений. В ходе урока решаются воспитательные задачи поведения в паре.

## Календарно-тематическое планирование 1 класс

№	Тема занятия.	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Обучение хореографии в 1 классе: цели и задачи. Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев.	1
2	Основные движения, понятия.	1
3	Работа над ритмическими рисунками (хлопки в ладоши).	1
4	Общеразвивающие упражнения. Ходьба с носка, на полупальцах, на пятках.	1
5	Упражнения на формирование правильной осанки.	1
6	Движения на развитие координации. Виды шага, бега, прыжков, подскоков.	1
7	Элементы асимметричной гимнастики. Упражнения для развития тела.	1
8	Упражнения на подвижность шейного отдела.	1
9	Упражнения на эластичность мышц плечевого пояса.	1
10	. Разучивание разминки. Упражнения на эластичность локтевого плеча, сустава, предплечья.	1
11	Рисунок марша. Марш «Маша и Медведь».	1
12	Разучивание марша «Маша и Медведь». Отработка и закрепление рисунка марша. Упражнения на подвижность тазобедренных суставов.	1
13	Разучивание марша «Маша и Медведь». Отработка и закрепление рисунка марша. Упражнения на подвижность тазобедренных суставов.	1
14	Изучение музыкальных размеров 2/4; 3/4; 4/4.	1
15	I, II, III позиции рук. Основные правила исполнения.	1



16	I, II, III, VI позиции ног. Основные правила исполнения.	1
17	Позиции в паре. Основные правила.	1
18	Основные движения танца «Полька». Первая фигура польки.	1
19	Основные движения танца «Полька». Вторая фигура польки.	1
20	Основные движения танца «Полька». Третья фигура польки.	1
21	Основные движения танца «Полька». Четвертая фигура польки. Ориентирование на танцевальной площадке.	1
22	Основные движения танца «Полька». Пятая фигура польки. Упражнения на гибкость коленных суставов.	1
23	Партерная гимнастика.	1
24	Партерная гимнастика.	1
25	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (работа с образом под музыку).	1
26	Музыкально-ритмические игры.	1
27	Основные движения, переходы рук из позиции в позицию, повторение позиций ног. Паузы в движении и их использование	1
28	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на растяжку и пластику.	1
29	Повторение марша «Маша и Медведь» и танца «Полька».	1
30	Упражнения на формирование правильной осанки. Партерная гимнастика.	1
31	Упражнения на формирование правильной осанки. Партерная гимнастика.	1
32	Повторение пройденного материала.	1
33	Итоговое открытое занятие.	1
Всего		34

## Календарно-тематическое планирование 2 класс

№	Тема занятия.	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Обучение хореографии во 2 классе: цели и задачи. Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев.	1
2	Основные движения, понятия.	1
3	Общеразвивающие упражнения. Ходьба с координацией рук и ног.	1
4	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1
5	Элементы асимметричной гимнастики. Упражнения для развития эластичности мышц.	1
6	Упражнения на подвижность шейного отдела.	1
7	Перестроение для танцев. Упражнения на эластичность мышц плечевого пояса.	1
8	Разучивание разминки. Упражнения на эластичность локтевого плеча, сустава, предплечья.	1
9	I, II, III позиции рук. Основные правила исполнения.	1
10	I, II, III, VI позиции ног. Основные правила исполнения.	1
11	Позиции в паре. Основные правила.	1
12	Партерная гимнастика.	1
13	Партерная гимнастика.	1
14	Упражнения на развитие актерских способностей.	1
15	Рисунок танца. Элементы танца «Фиксики».	1
16	Разучивание танца «Фиксики». Упражнения на подвижность тазобедренных суставов. Отработка и закрепление танца.	1

17	Разучивание танца «Фиксики». Упражнения на подвижность тазобедренных суставов. Отработка и закрепление танца.	1
18	Основные движения фигурной польки (Разучивание движений фигур 1 и 2). Упражнения для укрепления мышц позвоночника.	1
19	Основные движения фигурной польки (Разучивание движений фигур 3 и 4). Упражнения для укрепления мышц позвоночника.	1
20	Танец «Фигурная полька». Повторение изученного материала	1
21	Ориентирование на танцевальной площадке.	1
22	Упражнения для улучшения гибкости коленных суставов.	1
23	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (работа с образом под музыку).	1
24	Музыкально-ритмические игры «Мороженое», «Ладочки».	
25	Изучение правил исполнения demiplie, grandplie.	1
26	Изучение правил исполнения battement tendu, demirondde jamb.	1
27	Изучение правил исполнения ronddejamb, portdebras.	1
28	Элементы народной хореографии: гармошка, елочка.	1
29	Элементы народной хореографии: гармошка, елочка.	1
30	Элементы народной хореографии: ковырялочка, моталочка.	1
31	Элементы народной хореографии: ковырялочка, моталочка.	1
32	Музыкально-ритмические игры: «Коршун и курица», «Охранник музея».	1
33	Повторение детских танцев «Фиксики», «Фигурная полька».	1
34	Итоговый урок.	1
Всего		34

## Календарно-тематическое планирование 3 класс

№	Тема занятия.	Кол-во часов
1	. Вводное занятие. Обучение ритмики в 3 классе: цели и задачи. Основные понятия. Ходьба. Виды ходьбы. Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев.	1
2	Элементы асимметричной гимнастики.	1
3	Разучивание разминки на середине зала.	1
4	. Упражнения на развитие координации.	1
5	Перестроение для танцев. Рисунок танца	1
6	Позиции рук. Основные правила	1
7	Позиции ног. Основные правила	1
8	Позиции в паре. Основные правила.	1
9	Прослушивание и разбор музыкальных произведений	1
10	Партерная гимнастика.	1
11	Упражнения на растяжку.	1
12	Музыкально-ритмические игры «Коршун и курица», «Охранник в музее».	1
13	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (работа с образом под музыку).	1
14	Позиции ног, рук в народно-сценической хореографии.	1
15	Притопы и выстукивания в русской народной хореографии.	1
16	Элементы народной хореографии: гармошка, елочка.	1
17	Элементы народной хореографии: ковырялочка, моталочка.	1
18	Понятие «линия танца». Построение «линии», «змейка», «круг», «шахматы».Общеразвивающие упражнения.	1

19	. Танец «По полю». Разучивание комбинаций в русском народном характере.	1
20	Танец «По полю» .Разводка порисунку.	1
21	.Общеразвивающие упражнения: перекаты стопы, подъем на носок, шаг на пятках	1
22	Повторение музыкальных размеров 2/4; 3/4; 4/4.Позиции ног, рук.	1
23	Танцевальная композиция “Улетай туча”. Разучивание танцевальных элементов.	1
24	Рисунок танца «Улетай туча».	1
25	Отработка синхронности движений.	1
26	Позиции в паре.Основные положения рук, ног в паре.Музыкально-ритмические игры.	1
27	Партерная гимнастика. Общеразвивающие упражнения. Позиции рук в классическом танце.	1
28	Партерная гимнастика. Изучение правил исполнения I и II portdebras	1
29	Повторение правил исполнения demiplie, grandplie.	1
30	Повторение правил исполнения battementtendu, battementtendujete, grandbattement jete,ronddejamb.	1
31	Просмотр видеозаписи танцев разных народов	1
32	. Многообразность и необычность движений разных народов.	1
33	Разучивание простых элементов.	1
34	Итоговый урок . Повторение танцев «По полю», «Улетай туча	1
<b>всего</b>		<b>34</b>

## Методические аспекты освоения программы

Основными в освоении Программы данного курса являются принципы: “от простого к сложному”, “от медленного к быстрому”, “посмотри и повтори”, “осмысли и выполни”, “от эмоций к логике”, “от логики к ощущению”.

Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения.

В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец начинается “от пола”, и следует показать и объяснить в последовательности:

1. куда наступает (как переносим вес);
2. как ставим ногу (как работает стопа);
3. что делает колено;
4. как работают бедра;
5. что делает корпус;
6. как танцуют руки;
7. куда направлен взгляд (что делает голова).

Классический тренаж вырабатывает умение сохранять вертикальную ось, обеспечивающую равновесие тела в любом положении, воспитывают точность исполнения движения, мышечную координацию. Усвоив правила исполнения движений классического танца (экзерсис у станка), учащиеся переносят эти правила на исполнение любого движения, изучаемого на уроке.

Успешное усвоение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятиях такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует, на восприятие обучающихся поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья побуждает их к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;

- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

### **Знания, умения и навыки к концу трех лет обучения.**

- Ритмика, элементы музыкальной грамоты:
  1. уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
  2. чувствовать характер музыки и передавать его с манерой исполнения движения;
  3. уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
  4. отмечать в движении сильную долю такта;
  5. уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
  6. отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
  7. иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец;
  8. выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
  9. иметь навыки актёрской выразительности;
  10. распознать характер танцевальной музыки;
  11. иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
  12. исполнять движения в характере музыки - четко, сильно, медленно, плавно;
  13. уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
  14. различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
  15. уметь анализировать музыку разученных танцев;
  16. слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.
- Основные танцевальные определения и понятия:
  1. знать позиции ног и рук классического танца, народно - сценического танца;
  2. усвоить правила постановки корпуса;
  3. уметь исполнять основные упражнения на середине зала;

4. знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
  5. 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): ковьярочка, моталочка, молоточек, маятник;
  6. освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
  7. иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
  8. знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
  9. знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) - вращения на месте и в движении, дробь простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопушкой, на полном приседе и с прыжком.

- Танец:

1. понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно.

В конце 1 года обучения дети должны знать элементы музыкальной грамоты: характер музыки (веселая, спокойная, грустная); темп (медленный, умеренный, быстрый); строение музыкального произведения (музыкальное вступление, части); динамические оттенки (форте – пиано, стакато – легато); акцент. Уметь исполнять ритмические упражнения начиная и оканчивая движения вместе с музыкой, уметь различать музыкальные части. Исполнять движения в различных темпах. Определять характер танцевальной музыки словами и передача характера в движении. Передавать динамические оттенки в движении. Учащиеся должны свободно перестраиваться в колонну по одному и по два, перестраиваться в колонны по одному в пары и обратно; построение в шеренгу; построение в круг, сужение, расширение круга; свободное размещение в зале. Знать точки плана класса 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, диагонали. Исполнять музыкальные игры и танцы в темпе и характере заданным педагогом.

В конце 2 года обучения дети должны уметь исполнять: фигурную польку, вальс. Элементы музыкальной грамоты: строение музыкальной речи (предложение, музыкальная фраза); длительности целые, половинные, четверти, восьмые, ритмический рисунок. Учащиеся должны передавать в движении изменения темпа; передача в движении длительностей и ритмического рисунка. Уметь перестроиться из колонны по одному в колонну по три (тройки). Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре (четверки). Перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки. Перестроения в паре: обход одним партнером другого; смена места с поворотом лицом друг к другу. Знать позиции и упражнения классического танца. Постановку корпуса. Позиции ног 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Позиции рук: подготовительное положение 1, 2, 3. Положение рук за юбочку, руки вниз ладонью, руки ладонями на поясе. Полуприседание (деми плие) по 1, 2, 3 позициям. Вытягивание ноги (батман тандю) в сторону, вперед, назад по 1 и 3 позициям. Полукруг ногой (деми ронд де жамб партер, ронд де жамб партер) по 1 позиции. Переводы рук по позициям (порт де бра). Исполнять музыкальные игры и танцы в темпе и характере заданным педагогом.

В конце 3 года обучения дети должны уметь исполнять: фигурный вальс; русские танцы: хороводные и кадрили. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру. Элементы музыкальной грамоты: уметь различать музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4; понятие о такте и затакте. Могли выполнить ритмические упражнения с музыкальным заданием; передать в движении характер музыки, размер и ритмический рисунок. Прослушать и сделать простейший анализ танцевальной музыки (определение характера, музыкального размера и строения).

Могли перестроиться из одного круга в два. Движение в колонны по одному с разных сторон по диагонали, с переходом в центре через одного. Выразительно двигаться в танцах (согласованность и гармония рук, ног, корпуса, головы). Знать названия движений классического экзерсиса и правильное исполнение.



В конце 4 года обучения дети должны уметь исполнять танец на художественный образ.  
Уметь импровизировать под незнакомую музыку.

- Творческая деятельность:
  1. раскрытие творческих способностей;
  2. развитие организованности и самостоятельности;
  3. иметь представления о народных танцах.

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Для успешной реализации Программы необходимы следующие средства обучения:

- \* необходимое число учебных часов;
- \* светлый и просторный зал;
- \* деревянный настил пола в зале;
- \* зеркальная стена;
- \* аудиоаппаратура;
- \* осветительная аппаратура;
- \* специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (спортивные купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь);
- \* сценические костюмы.

### **Список использованной литературы**

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. – М.: Айрис-пресс, 2000. – 266 с.
2. Бекина, С. И. Музыка и движение [Текст]: упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет / Бекина С. И., Ломова Т. П., Соковнина Е. Н. – М.: Просвещение, 1983. - 207с.
3. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я.Ваганова. –С.-Пб.: Лань, 2000. – 158с.
4. Ковалько, В. И. Школа физкультминуток: 1-4 классы [Текст] / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2009. – 272с.
5. Лифиц, И. В. Ритмика [Текст]: учеб.пособ. для студ.сред. и высш.пед.учеб.зав. / И.В. Лифиц – М.: Академия, 1999. – 223 с.
6. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать [Текст] / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная: учеб.пособ. для студ. учреждений сред. проф. обр. – М.: ВЛАДОС, 2008. – 256 с.: ил.
7. Пустовойтова, М.Б. Ритмика для детей [Текст]: учебно-методическое пособие / М.Б. Пустовойтова. – М.: ВЛАДОС, 2008. – 184с.
8. [Франио](#), Г. Пособие по ритмике: для 2 класса музыкальной школы [Текст] /[Г. Франио](#). – М.: Музыка, 2005. – 152с.
9. Зими́на А. Н. Музыкально-ритмические движения // Зими́на А. Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста: учебник для вузов / А.Н.Зими́на. – М., 2000. – С. 124-155.
10. Чибрикова-Луговская А. Ритмика [Текст] /А. Чибрикова-Луговская // Дошкольное воспитание. – 2003. – № 12. – С. 112-117.