

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Большелугская средняя общеобразовательная школа»

<p>«Рассмотрено» На заседании МО Протокол № <u>1</u> от «<u>22</u>» <u>08</u> 2020 г.</p>	<p>«Согласовано» Зам.директора по УВР <u>С.Б. Цыремпилова</u> «<u>22</u>» <u>август</u> 2020 г.</p>	<p>«<u>Утверждаю</u>» Директор школы <u>Манидарова Л.С.</u> Приказ № <u>173</u> от «<u>27</u>» <u>08</u> 2020 г.</p> 
---	---	--

Рабочая программа

«Ритмика»

1-4 классы

Разработана учителем технологии  
Санжиевой Валентиной Зыгбаевой,  
первая квалификационная категория

Большой Луг  
2020 г.

1. Программа «Ритмика» 1-4 классы составлена в соответствии с требованиями ФГОС.
2. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 года
3. No 273ФЗ (с изменениями и дополнениями)
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. N 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного
5. стандарта начального общего образования"
6. приказом МОиН РФ №1576 «О внесении изменений в ФГОС НОО»
7. Примерная программа начального общего образования внеурочной деятельности «ритмика»
8. Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ «Большелугская СОШ»
9. Учебный план МБОУ «Большелугская СОШ» на 2020-2021 учебный год

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

### **Цель программы:**

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

### **Задачи:**

- воспитание нравственно – эстетических чувств.
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному.
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников.
- знакомство детей с хореографическими терминами, основами классического и народного танца.
- укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников

### **Планируемые результаты обучения**

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- **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;
- **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; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
- **предметные результаты** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

### **1 класс**

#### **Личностные результаты**

Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

## **Метапредметные результаты**

### **регулятивные**

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении.

### **познавательные**

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

### **коммуникативные**

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

## **Предметные результаты**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну, находить свое место в строю;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и танцевальные движения.

## **2 класс**

### **Личностные результаты**

Приобретение новых знаний и умений, мотивация достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в пространстве, естественно и непринужденно выполнять игровые и танцевальные движения.

## **Метапредметные результаты**

### **Регулятивные**

- Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в танцевальных движениях;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя;
- соблюдать темп движений, выполнять упражнения в определенном ритме и темпе;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- умение координировать свои движения.

### **Предметные результаты**

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться;
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- правильно выполнять упражнения.

### **3 класс**

#### **Личностные результаты**

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ.

#### **Метапредметные результаты**

##### **регулятивные**

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность;
- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

##### **познавательные**

- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

##### **коммуникативные**

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участвовать в мероприятиях класса, школы, села;

#### **Предметные результаты**

- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных
- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в движениях характер музыки;

### **4 класс**

#### **Личностные результаты**

Реализация творческого потенциала в процессе выполнения танцевальных движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

#### **Метапредметные результаты**

##### **регулятивные**

- целеустремлённость и настойчивость в достижении поставленной задачи.

##### **познавательные**

- правильно находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

##### **коммуникативные**

- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально - творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

#### **Предметные результаты**

- согласовывать движения с музыкальным ритмом;
- Четко, организовано перестраиваться, быстро реагировать на смену музыки;
- различать основные характерные движения народных танцев.

## **Взаимосвязь программы с образовательными областями**

### **Естествознание**

Игровые танцевальные этюды в подражание движениям животным, птиц, рыб, явлений природы и т.д. Времена года в танцевальных композициях.

### **Физическая культура**

Каждое занятие «ритмикой и хореографией» имеет конкретную цель – тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений, что у занятий физкультурой. Регулярные занятия хореографией, как и занятия физкультурой, укрепляют мышечный аппарат ребенка, способствует ритмичной работе всех внутренних органов, что ведёт к общему оздоровлению организма.

### **Музыка**

Неотъемлемая часть хореографического искусства, ибо танец не существует без музыки. В музыке «заложены» содержание и характер любого танца.

### **Изобразительное искусство**

Пластический изобразительный язык хореографии, где рождаются фантастические картины и дети в нем художники.

### **Математика**

В ходе занятий учащиеся сталкиваются с понятиями «квадрат», «диагональ», «круг», «направление движения», «доли счета» ( $2/4$ ,  $3/4$ ,  $4/4$  и т.д.). Умение ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления создает тесную взаимосвязь с изучением математики.

### **Ожидаемые результаты:**

#### **К концу первого года обучения**

Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; чувствовать характер музыки; самостоятельно ускорять и замедлять темп движений; выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами; иметь навыки актёрской выразительности; исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно; различать особенности танцевальной музыки: марш, полька, национальный танец.

Знать позиции ног и рук; усвоить правила постановки корпуса; уметь исполнять основные упражнения на середине зала; знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, галоп, подскоки, иметь навык выворотного положения ног.

В конце года обучения дети должны уметь исполнить: детский танец «Пингвины», «Утята».

#### **К концу второго года обучения.**

Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка, двигаться в соответствии с музыкальными образами, распознать характер танцевальной музыки, исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно; слышать темпы применительно к движениям.

Знать позиции ног и рук; усвоить правила постановки корпуса; уметь исполнять основные упражнения на середине зала; знать танцевальные термины: выворотность, координация; знать и уметь исполнять танцевальные движения; иметь навык выворотного положения ног; знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое; уметь исполнять основные движения бурятского танца: танцевальный шаг, переменный шаг, бег,

В конце года обучения дети должны уметь исполнять: танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.

### **К концу третьего года обучения**

Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; чувствовать характер музыки и передавать в движении, распознать характер танцевальной музыки, исполнять движения в характере музыки, слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

Знать позиции ног и рук, усвоить правила постановки корпуса, уметь исполнять основные упражнения на середине зала, знать и уметь исполнять танцевальные движения, танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания; элементы народного танца в простой комбинации, иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений.

В конце года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках, свой национальный танец.

### **К концу четвертого года обучения**

Уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка, чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения, уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений, выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами. Распознать характер танцевальной музыки, исполнять движения в характере музыки, слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

Знать позиции ног и рук, правила постановки корпуса, уметь исполнять основные упражнения на середине зала. Знать танцевальные термины. Исполнять танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, шаг с притопом. Исполнять упражнений в более быстром темпе, иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений, знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое, уметь исполнять основные движения национального танца.

В конце года обучения дети должны уметь исполнять: вальс; национальный танец. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

### **Форма и режим занятий**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее развитие музыкальных, танцевальных и творческих способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности:

музыкально-ритмичные упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

### **Структура занятия**

1. Вводная часть
2. Упражнения по кругу; ходьба, шаги, маршировка
3. Направления
4. Ритмика (движения, хлопки, счет, музыка)
5. Игровая импровизация
6. Самостоятельная работа
7. Партерная гимнастика в игровой форме
8. Восстановление дыхания, релаксация
9. Подведение итогов

### **Принципы обучения**

Основными в освоении Программы данного курса являются принципы:

Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного

отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий. Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;

- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;

- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

### **Методы и методические приемы обучения.**

В курсе обучения данной Программы применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы. Метод использования слова — универсальный метод обучения, с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

## Содержание учебного курса

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

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков. Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука.
3. Танец (народный, национальный, детский, современный).
4. Творческая деятельность.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения детей, знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

### **Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».**

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Этот раздел включает упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 1-2 класса, слушание и разбор танцевальной музыки для школьников 3 и 4 классов. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

### **Раздел «Танцевальная азбука».**

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

### **Раздел «Танец».**

Этот раздел включает изучение народных и национальных танцев, детских сюжетных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя национальный характер танца.

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

В начале обучения учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и

количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Элементы народно — сценического танца изучаются на протяжении всего курса обучения. На первом этапе дети изучают простейшие элементы народного танца, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

Также дети изучают элементы современной пластики. В комплекс упражнений входит:

- \* партерная гимнастика;
- \* тренаж на середине зала;
- \* танцевальные движения;
- \* композиции различной координационной сложности.

### **Раздел «Творческая деятельность».**

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В играх детям предоставляется возможность «побывать» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я- художник по костюмам» и др. Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, импровизация сказок, этюды для развития выразительности движений.

### **Вариативность программы.**

Особенностью Программы является её вариативность. Учитель вправе - выбирать или менять предложенное программой содержание, исходя из поставленной цели обучения и построенных задач - сам решать, какое количество часов отводить на изучение каждой из запланированных тем в рамках обучения - сам увеличивать или уменьшать количество предложенных учащимся для выполнения в течение учебного года учебных проектов (индивидуальных, коллективных или групповых).

## Календарно-тематическое планирование «Ритмика» для 1 класса

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1,2	Что такое ритмика. Правила по ТБ. Основные танцевальные правила.	2	
3,4	Приветствие. Постановка корпуса. Танцевальные шаги, бег.	2	
5,6	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп)	2	
7,8	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Позиции ног.	2	
9,10	Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс. Позиции рук.	2	
11,12	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	2	
13,14	Ритмическая игра	2	
15,16	Ритмические упражнения	2	
17,18	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	2	
19,20	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	2	
21,22	Упражнения для развития плавности и мягкости движений	2	
23,24	Элементы танцевального движения	2	
25,26	Упражнения для суставов. Разминка «Стирка».	2	
27,28	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	2	
29,30	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Утят».	2	
31,32	Партерная гимнастика в форме игры	2	
33,34	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	2	
35,36	Ритмические упражнения	2	
37,38	Музыка и движение	2	
39,40	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2	
41,42	Хлопки в такт музыки	2	
43,44	Фигуры в танце (квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка)	2	
45,46	Элементы танцевального движения	2	
47,48	Ритмические упражнения	2	
49,50	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2	
51,52	Разучивание простейших танцевальных элементов	2	
53,54	Упражнения для развития плавности и мягкости движений.	2	
55,56	Разучивание детского танца «Пингвины»	2	
57,58	Партерная гимнастика в форме игры	2	
59,60	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Замри», «Кошки мышки»	2	
61,62	Разучивание детского танца «Пингвины»	2	
63,64	Ритмические упражнения	2	
65,66	Упражнения для развития плавности и мягкости движений.	2	
67,68	Элементы танцевального движения	2	
69,70	Этюдная работа. Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика	2	
		70	

## Календарно-тематическое планирование «Ритмика» для 2 класса

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1,2	Введение. Ритмика. Правила по ТБ. Основные танцевальные правила.	2	
3,4	Приветствие. Постановка корпуса.	2	
5,6	Марш. Ритмический счет. Танцевальный бег, подскоки.	2	
7,8	Повороты вправо и влево. Пор де бра.	2	
9,10	Ракурс. Направление. Разучивание позиций рук и ног.	2	
11,12	Элементы классического танца. Упражнения у станка.	2	
13,14	Ритмическая игра. Дыхательная гимнастика.	2	
15,16	Ритмические движения	2	
17,18	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	2	
19,20	Этюдная работа. Сюжет. Пантомима.	2	
21,22	Упражнения для развития координации движений	2	
23,24	Элементы народно-сценического танца	2	
25,26	Элементы классического танца, упражнения у станка	2	
27,28	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	2	
29,30	Разучивание простейших танцевальных элементов «Полька».	2	
31,32	Партерная гимнастика в форме игры	2	
33,34	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	2	
35,36	Шаг польки, галоп	2	
37,38	Музыкальный ритм и движение	2	
39,40	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2	
41,42	Хлопки и притопы в такт музыки	2	
43,44	Фигуры в танце	2	
45,46	Элементы танцевального движения «Полька»	2	
47,48	Партерная гимнастика в форме игры	2	
49,50	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2	
51,52	Разучивание простейших танцевальных элементов	2	
53,54	Упражнения у станка, на середине зала	2	
55,56	Разучивание национального детского танца	2	
57,58	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика	2	
59,60	Этюдная работа. Пантомима «Животный мир»	2	
61,62	Разучивание национального детского танца	2	
63,64	Ритмические упражнения	2	
65,66	Разучивание национального детского танца	2	
67,68	Элементы танцевального движения	2	
69,70	Этюдная работа. Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика	2	
	Итого:	70	

### Календарно-тематическое «Ритмика» для 3 класса

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1,2	Введение. Правила по ТБ. Разучивание танцевальных шагов.	2	
3,4	Приветствие. Маршировка, ритмический счет.	2	
5,6	Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	2	
7,8	Основные танцевальные точки. Танцевальный бег, подскоки.	2	
9,10	Ракурс. Направления.	2	
11,12	Упражнения у станка. Упражнения для рук.	2	
13,14	Ритмическая игра. Дыхательная гимнастика.	2	
15,16	Ритмические упражнения.	2	
17,18	Упражнения у станка. Элементы народно-сценического танца.	2	
19,20	Этюдная работа. Сюжет.	2	
21,22	Упражнения для развития координации движений	2	
23,24	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика.	2	
25,26	Упражнения у станка, элементы классического танца	2	
27,28	Основные танцевальные точки, повороты. Диагональ, середина.	2	
29,30	Элементы народного танца	2	
31,32	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика.	2	
33,34	Элементы народного танца	2	
35,36	Ритмические упражнения	2	
37,38	Элементы народного танца	2	
39,40	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2	
41,42	Хлопки и притопы в такт музыки	2	
43,44	Фигуры в танце	2	
45,46	Элементы танцевального движения «Полька»	2	
47,48	Партерная гимнастика в форме игры	2	
49,50	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2	
51,52	Разучивание простейших танцевальных элементов	2	
53,54	Упражнения у станка, на середине зала	2	
55,56	Разучивание национального детского танца	2	
57,58	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика	2	
59,60	Этюдная работа. Пантомима «Характер»	2	
61,62	Разучивание национального детского танца	2	
63,64	Ритмические упражнения	2	
65,66	Разучивание национального детского танца	2	
67,68	Элементы современного танца	2	
69,70	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика.	2	
	Итого:	70	

### Календарно-тематическое «Ритмика» для 4 класса

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1,2	Введение. Правила по ТБ. Маршировка.	2	
3,4	Приветствие. Танцевальные шаги. Дыхательная гимнастика	2	
5,6	Танцевальные шаги, бег, подскоки, галоп.	2	
7,8	Движения по направлениям.	2	
9,10	Элементы классического танца. Упражнения у станка	2	
11,12	Элементы классического танца. Упражнения на середине зала	2	
13,14	Упражнения для развития координации движений	2	
15,16	Ритмическая игра. Дыхательная гимнастика.	2	
17,18	Упражнения на середине зала.	2	
19,20	Упражнения народно-сценического танца. Упражнения у станка	2	
21,22	Этюдная работа. Сюжет. Пантомима	2	
23,24	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика.	2	
25,26	Разучивание национального танца.	2	
27,28	Элементы классического танца, упражнения у станка	2	
29,30	Упражнения у станка. Упражнения на середине зала, повороты, вращения.	2	
31,32	Разучивание национального танца.	2	
33,34	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика.	2	
35,36	Национальный танец.	2	
37,38	Элементы современного танца	2	
39,40	Разучивание фигуры вальса.	2	
41,42	Фигуры танца вальс. Разучивание танцевальных движений в паре.	2	
43,44	Упражнения народно-сценического танца. Упражнения на середине зала	2	
45,46	Повороты и вращения	2	
47,48	Фигуры вальса. Разучивание танцевальных движений в паре.	2	
49,50	Партерная гимнастика в форме игры	2	
51,52	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	2	
53,54	Элементы современного танца	2	
55,56	Упражнения у станка, на середине зала	2	
57,58	Разучивание национального детского танца	2	
59,60	Партерная гимнастика. Дыхательная гимнастика	2	
61,62	Национальный танец.	2	
63,64	Музыкальная игра	2	
65,66	Фигуры вальса. Танцевальные движения.	2	
67,68	Упражнения у станка, на середине зала	2	
69,70	Фигуры вальса.	2	
	Итого:	70	