

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Карачаево –Черкесской Республики

МБОУ КГО «СШ № 2 г. Теберда имени М.И. Халилова»

РАССМОТРЕНО

ШМО гуманитарного цикла

Руководитель МО



Протокол № 1 от 18.01 2023

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР



Доюнова Х.А

Протокол № 1 от 18.01 2023

УТВЕРЖАЮ

Директор школы



Семенова А.Д

Приказ № 30 от 18.01 2023



Дополнительная общеобразовательная
Общеразвивающая программа
«Ритм»

На 2023-2024 учебный год

г. Теберда, 2023 г.

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план.....	7
3. Содержание тем программы.....	8
4. Календарно-тематический план младшее звено.....	10
5. Календарно-тематический план среднее звено.....	14
6. Календарно-тематический план старшее звено.....	18
7. Список литературы.....	22

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа танцевального кружка «Ритм» составлена на основе методического пособия «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры», - М.: Дрофа, 2003г, автор Г. А. Колодницкий.

Программа предназначена для внеклассной работы с учащимися младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Для детей специальных коррекционных школ высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то

процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

Повышение двигательной активности полностью сказывается на физическом состоянии учащихся.

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей, музыкальности и пластичной выразительности.

Задачи программы:

- корригировать дефекты психического и физического развития детей с ограниченными возможностями;

- учить учащихся красиво и органично выражать себя в танце, вырабатывать технику исполнения танцевальных движений;

- развивать внимание, воображение, координацию, пластику движений.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционная работа.

Программа разработана для учащихся 2-9 классов (младшего, среднего и старшего звеньев) и рассчитана на 102 часа в год, 3 часа в неделю.

При организации работы с учащимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. В связи с тем, что дети имеют соматические нарушения, общую физическую ослабленность, нарушение моторики и т. п. программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий учащиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Занятия проходят в танцевальном зале. Для занятий используются: музыкальный центр, аудиокассеты, диски, также тренировочный материал: обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты. В течение года дети участвуют в школьных мероприятиях, конкурсах, праздничных концертах.

Хореография – это прекрасное средство физического, эстетического развития и саморазвития детей.

Описание ценностных ориентиров содержания программы

Ценность патриотизма - любовь к Родине, своему краю, своему народу;

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

Ценность социальной солидарности - свобода личная и национальная; уважение и доверие к людям; справедливость, равноправие, милосердие, честь, достоинство;

Ценность гражданственности - долг перед Отечеством, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок, забота о благосостоянии общества;

Ценность семьи - любовь и верность, забота, помощь и поддержка, равноправие, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода;

Ценность личности - саморазвитие и совершенствование, смысл жизни, внутренняя гармония, самопринятие и самоуважение, достоинство, любовь к жизни и человечеству, мудрость, способность к личностному и нравственному выбору;

Ценность труда и творчества - уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие;

Ценность науки - ценность знания, стремление к познанию и истине, научная картина мира;

Ценность искусства и литературы - красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие;

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

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

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

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;

- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Учебно-тематический план

№	Название раздела	Количество часов
1	Ритмика	14
2	Элементы классического танца	18

3	Элементы русского народного танца	16
4	Элементы бального танца	18
5	Элементы национального танца	14
6	Постановочно – репетиционная работа	22
	Итого	102

Содержание тем программы

Раздел	Содержание тем программы
1. Ритмика	<p>1. <u>Ритмические упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. <p>2. <u>Упражнения на ковриках:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднимание ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p>3. <u>Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - движения в образах; - пантомима. <p>4. <u>Упражнения на пластику и расслабление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. <p>5. <u>Пространственные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. <p>6. <u>Ритмические комбинации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
2. Элементы классического танца	<p>1. <u>Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - плие; - пор-де-бра. <p>2. <u>Упражнения на середине зала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания и полуприседания; - поднимание стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. <p>3. <u>Прыжки, верчения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.

	<p><u>4. Комбинации движений классического танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; - координация рук и ног в исполнении движений на середине.
3. Элементы русского народного танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. <p>3. <u>Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u></p>
4. Элементы бального танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные элементы бального танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. <p>3. <u>Комбинации балльных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</u></p>
5. Элементы национального танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения.</u></p> <p>3. <u>Композиции национального танца (ирландский танец)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связка отдельных элементов в свободные композиции.
6. Постановочно-репетиционная работа	<p>1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u></p> <p>2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u></p> <p><u>Соединение движений в комбинации;</u></p> <p><u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u></p> <p><u>Репетиционная работа.</u></p>

Календарно-тематический план
Младшее звено

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Сроки	Изменения
	<u>Ритмика</u>	14		
1	Упражнения на дыхание	1	27.11	
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1	27.11	
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1	28.11	
4	Поднимание ног, махи ногами	1	28.11	
5	Движения в образах	1	30.11	
6	Пантомима	1	30.11	
7	Пластичные упражнения	1	04.12	
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1	04.12	
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1	05.12	
10	Перестроение из одной фигуры в другую	1	05.12	
11	Ритмические движения	1	07.12	
12	Импровизация	1	07.12	
13	Ритмические комбинации: этюды	1	11.12	
14	Связка танцевальных движений	1	11.12	
	<u>Элементы классического танца</u>	18		
15	Постановка корпуса, поклон	1	12.12	
16	Позиции рук, ног	1	12.12	
17	Приседания	1	14.12	
18	Полуприседания	1	14.12	
19	Поднимание стопы на полупальцы	1	18.12	
20	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1	18.12	
21	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1	19.12	
22	Понятие «Гочка»	1	19.12	

23	Верчения на середине зала, в диагонали	1	21.12
24	Прыжки на месте в координации с движениями рук	1	21.12
25	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	1	25.12
26	Движения классического танца	1	25.12
27	Этюд	1	26.12
28	Координация движений рук в исполнении прыжков	1	26.12
29	Координация движений ног в исполнении прыжков	1	11.01
30	Координация движений рук в исполнении верчений	1	11.01
31	Координация движений ног в исполнении верчений	1	15.01
32	Координация рук и ног в исполнении движений на середине	1	15.01
	<u>Элементы русского народного танца</u>	16	
33	Постановка корпуса, поклон	1	16.01
34	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	1	16.01
35	Шаг с притопом, бег	1	18.01
36	Притопы- одинарный, двойной, тройной	1	18.01
37	Построение в круг.	1	22.01
38	Движения по кругу	1	22.01
39	«Ковырялочка»	1	23.01
40	«Моталочка»	1	23.01
41	«Гармошка»	1	25.01
42	Повороты	1	25.01
43	Прыжки	1	29.01
44	Комбинации	1	29.01
45	Построение в фигуры (рисунок)	1	30.01
46	Отработка движений танца «Плясовая»	1	30.01
47	Соединение движений танца в комбинации	1	01.02
48	Постановка танца «Плясовая»	1	01.02
	<u>Элементы балльного танца</u>	18	
49	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	1	05.02

50	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	1	05.02
51	Свободная композиция (работа в паре)	1	06.02
52	Изучение движений танца «Вальс»	1	06.02
53	Отработка движений танца «Вальс»	1	08.02
54	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	1	08.02
55	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	1	12.02
56	Постановка танца «Вальс»	1	12.02
57	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	13.02
58	Приставные шаги. Прыжки	1	13.02
59	Повороты	1	15.02
60	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	15.02
61	Приставные шаги. Прыжки	1	19.02
62	Повороты	1	19.02
63	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	1	20.02
64	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	1	20.02
65	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	1	22.02
66	Постановка танца «Рок-н-ролл»	1	22.02
	<u>Элементы национального танца</u>	14	
67	Основные положения ног в ирландском танце	1	26.02
68	Постановка корпуса	1	26.02
69	Движения ногами	1	27.02
70	Шаг	1	27.02
71	Шаг с выносом ноги на каблук	1	01.03
72	Повороты	1	01.03
73	Движения ногами в такт музыки	1	05.03
74	Движения по рисунку танца	1	05.03
75	Отработка простых элементов танца	1	06.03
76	Отработка сложных элементов танца	1	06.03

77	Соединение простых движений в сценический рисунок	1	02.04
78	Соединение сложных движений в сценический рисунок	1	03.04
79	Разводка комбинаций	1	05.04
80	Постановка танца «Ирландский танец»	1	09.03
81	Постановочно-репетиционная работа	22	
82	Танцевальный номер «Вальс»	1	10.04
83	Танцевальный номер «Плясовая»	1	12.04
84	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	1	16.04
85	Танцевальный номер «Ирландский танец»	1	17.04
86	Простые движения танцевального номера	1	19.04
87	Отработка простых движений	1	23.04
88	Сложные движения танцевального номера	1	24.04
89	Отработка сложных движений	1	26.04
90	Соединение простых движений в комбинации	1	30.04
91	Соединений сложных движений в комбинации	1	03.05
92	Соединение движений в комбинации	1	07.05
93	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	1	08.05
94	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	1	10.05
95	Повторение элементов изученных танцев	1	14.05
96	Работа над простыми элементами танцев	1	15.05
97	Работа над сложными элементами танцев	1	17.05
98	Работа под счет	1	21.05
99	Работа с музыкальным сопровождением	1	22.05
100	Рисунок танцев	1	24.05
101	Движения по рисунку танцев	1	28.05
102	Отработка движений	1	29.05
	Постановка танцев	1	31.05

Календарно-тематический план
Среднее звено

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Сроки	Изменения
	<u>Ритмика</u>	14		
1	Упражнения на дыхание	1	02.09	
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1	05.09	
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1	05.09	
4	Поднимание ног, махи ногами	1	09.09	
5	Движения в образах	1	12.09	
6	Пантомима	1	12.09	
7	Пластичные упражнения	1	16.09	
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1	19.09	
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1	19.09	
10	Перестроение из одной фигуры в другую	1	23.09	
11	Ритмические движения	1	26.09	
12	Импровизация	1	26.09	
13	Ритмические комбинации: этюды	1	30.09	
14	Связка танцевальных движений	1	03.10	
	<u>Элементы классического танца</u>	18		
15	Постановка корпуса, поклон	1	03.10	
16	Позиции рук, ног	1	07.10	
17	Приседания	1	10.10	
18	Полуприседания	1	10.10	
19	Поднимание стопы на полупальцы	1	14.10	
20	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1	17.10	
21	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1	17.10	

22	Понятие «Точка»		1	21.10
23	Верчения на середине зала, в диагонали		1	24.10
24	Прыжки на месте в координации с движениями рук		1	24.10
25	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)		1	28.10
26	Движения классического танца		1	07.11
27	Этюд		1	07.11
28	Координация движений рук в исполнении прыжков		1	11.01
29	Координация движений ног в исполнении прыжков		1	14.01
30	Координация движений рук в исполнении верчений		1	14.01
31	Координация движений ног в исполнении верчений		1	18.11
32	Координация рук и ног в исполнении движений на середине		1	21.11
	<u>Элементы русского народного танца</u>		16	
33	Постановка корпуса, поклон		1	21.11
34	Танцевальные шаги – с каблука, боковые		1	25.11
35	Шаг с притопом, бег		1	28.11
36	Притопы- одинарный, двойной, тройной		1	28.11
37	Построение в круг.		1	02.12
38	Движения по кругу		1	05.12
39	«Ковырялочка»		1	05.12
40	«Моталочка»		1	09.12
41	«Гармошка»		1	12.12
42	Повороты		1	12.12
43	Прыжки		1	16.12
44	Комбинации		1	19.12
45	Построение в фигуры (рисунок)		1	19.12
46	Отработка движений танца «Плясовая»		1	23.12
47	Соединение движений танца в комбинации		1	09.01
48	Постановка танца «Плясовая»		1	09.01
	<u>Элементы балльного танца</u>		18	

49	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	1	13.01
50	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	1	16.01
51	Свободная композиция (работа в паре)	1	16.01
52	Изучение движений танца «Вальс»	1	20.01
53	Отработка движений танца «Вальс»	1	23.01
54	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	1	23.01
55	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	1	27.01
56	Постановка танца «Вальс»	1	30.01
57	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	30.01
58	Приставные шаги. Прыжки	1	03.02
59	Повороты	1	06.02
60	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	06.02
61	Приставные шаги. Прыжки	1	10.02
62	Повороты	1	13.02
63	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	1	13.02
64	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	1	17.02
65	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	1	20.02
66	Постановка танца «Рок-н-ролл»	1	20.02
67	<u>Элементы национального танца</u>	14	
68	Основные положения ног в ирландском танце	1	24.02
69	Постановка корпуса	1	27.02
70	Движения ногами	1	27.02
71	Шаг	1	03.03
72	Шаг с выносом ноги на каблук	1	06.03
73	Повороты	1	06.03
74	Движения ногами в такт музыки	1	10.03
75	Движения по рисунку танца	1	13.03
75	Отработка простых элементов танца	1	13.03

76	Отработка сложных элементов танца		1	17.03	
77	Соединение простых движений в сценический рисунок		1	20.03	
78	Соединение сложных движений в сценический рисунок		1	20.03	
79	Разводка комбинаций		1	24.03	
80	Постановка танца «Ирландский танец»		1	03.04	
81	Постановочно-репетиционная работа Танцевальный номер «Вальс»		22		
82	Танцевальный номер «Плясовая»		1	03.04	
83	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»		1	07.04	
84	Танцевальный номер «Ирландский танец»		1	10.04	
85	Простые движения танцевального номера		1	10.04	
86	Отработка простых движений		1	14.04	
87	Сложные движения танцевального номера		1	17.04	
88	Отработка сложных движений		1	17.04	
89	Соединение простых движений в комбинации		1	21.04	
90	Соединений сложных движений в комбинации		1	24.04	
91	Соединение движений в комбинации		1	24.04	
92	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок		1	28.04	
93	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок		1	05.05	
94	Повторение элементов изученных танцев		1	12.05	
95	Работа над простыми элементами танцев		1	15.05	
96	Работа над сложными элементами танцев		1	15.05	
97	Работа под счет		1	19.05	
98	Работа с музыкальным сопровождением		1	22.05	
99	Рисунок танцев		1	22.05	
100	Движения по рисунку танцев		1	26.05	
101	Отработка движений		1	29.05	
102	Постановка танцев		1	29.05	

Календарно-тематический план
Старшее звено

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Сроки	Изменения
	<u>Ритмика</u>	14		
1	Упражнения на дыхание	1	05.09	
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1	07.09	
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1	07.09	
4	Поднимание ног, махи ногами	1	12.09	
5	Движения в образах	1	14.09	
6	Пантомима	1	14.09	
7	Пластичные упражнения	1	19.09	
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1	21.09	
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1	21.09	
10	Перестроение из одной фигуры в другую	1	26.09	
11	Ритмические движения	1	28.09	
12	Импровизация	1	28.09	
13	Ритмические комбинации: этюды	1	03.10	
14	Связка танцевальных движений	1	05.10	
	<u>Элементы классического танца</u>	18		
15	Постановка корпуса, поклон	1	05.10	
16	Позиции рук, ног	1	10.10	
17	Приседания	1	12.10	
18	Полуприседания	1	12.10	
19	Поднимание стопы на полупальцы	1	17.10	
20	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1	19.10	
21	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1	19.10	

22	Понятие «Точка»		1	24.10
23	Верчения на середине зала, в диагонали		1	26.10
24	Прыжки на месте в координации с движениями рук		1	26.10
25	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)		1	07.11
26	Движения классического танца		1	09.11
27	Этюд		1	09.11
28	Координация движений рук в исполнении прыжков		1	14.11
29	Координация движений ног в исполнении прыжков		1	16.11
30	Координация движений рук в исполнении верчений		1	16.11
31	Координация движений ног в исполнении верчений		1	21.11
32	Координация рук и ног в исполнении движений на середине		1	23.11
	<u>Элементы русского народного танца</u>			
33	Постановка корпуса, поклон		16	
34	Танцевальные шаги – с каблук, боковые		1	23.11
35	Шаг с притопом, бег		1	28.11
36	Притопы- одинарный, двойной, тройной		1	30.11
37	Построение в круг.		1	30.11
38	Движения по кругу		1	05.12
39	«Ковырялочка»		1	07.12
40	«Моталочка»		1	07.12
41	«Гармошка»		1	12.12
42	Повороты		1	14.12
43	Прыжки		1	14.12
44	Комбинации		1	19.12
45	Построение в фигуры (рисунок)		1	21.12
46	Отработка движений танца «Плясовая»		1	21.12
47	Соединение движений танца в комбинации		1	09.01
48	Постановка танца «Плясовая»		1	11.01
	<u>Элементы балльного танца</u>			
			18	

49	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	1	16.01
50	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	1	18.01
51	Свободная композиция (работа в паре)	1	18.01
52	Изучение движений танца «Вальс»	1	23.01
53	Отработка движений танца «Вальс»	1	25.01
54	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	1	25.01
55	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	1	30.01
56	Постановка танца «Вальс»	1	01.02
57	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	01.02
58	Приставные шаги. Прыжки	1	06.02
59	Повороты	1	08.02
60	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	08.02
61	Приставные шаги. Прыжки	1	13.02
62	Повороты	1	15.02
63	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	1	15.02
64	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	1	20.02
65	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	1	22.02
66	Постановка танца «Рок-н-ролл»	1	22.02
67	<u>Элементы национального танца</u>	14	
68	Основные положения ног в ирландском танце	1	27.02
69	Постановка корпуса	1	01.03
70	Движения ногами	1	01.03
71	Шаг	1	06.03
72	Шаг с выносом ноги на каблук	1	13.03
73	Повороты	1	15.03
74	Движения ногами в такт музыки	1	15.03
75	Движения по рисунку танца	1	20.03
75	Отработка простых элементов танца	1	22.03

76	Отработка сложных элементов танца	1	22.03
77	Соединение простых движений в сценический рисунок	1	03.04
78	Соединение сложных движений в сценический рисунок	1	05.04
79	Разводка комбинаций	1	05.04
80	Постановка танца «Ирландский танец»	1	10.04
	Постановочно-репетиционная работа	22	
81	Танцевальный номер «Вальс»	1	12.04
82	Танцевальный номер «Плясовая»	1	12.04
83	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	1	17.04
84	Танцевальный номер «Ирландский танец»	1	19.04
85	Простые движения танцевального номера	1	19.04
86	Отработка простых движений	1	24.04
87	Сложные движения танцевального номера	1	26.04
88	Отработка сложных движений	1	26.04
89	Соединение простых движений в комбинации	1	03.05
90	Соединений сложных движений в комбинации	1	03.05
91	Соединение движений в комбинации	1	10.05
92	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	1	10.05
93	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	1	15.05
94	Повторение элементов изученных танцев	1	17.05
95	Работа над простыми элементами танцев	1	17.05
96	Работа над сложными элементами танцев	1	22.05
97	Работа под счет	1	24.05
98	Работа с музыкальным сопровождением	1	24.05
99	Рисунок танцев	1	29.05
100	Движения по рисунку танцев	1	31.05
101	Отработка движений	1	31.05
102	Постановка танцев	1	31.05

Список литературы

- 1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы.– Москва «ВАКО», 2005
4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru>
5. Зими́на, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зими́на. М.: Владос, 2000.
6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.
7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.
8. Кошмина И.В. Музыкальный букварь.– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.
9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.