

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОСТОЧКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО
Руководитель МО
Протокол от 30.08 2023г.
№ 4

_____ Д.Р. Куртэюпова

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
МБОУ «Косточковская СОШ»
_____ Н. Е. Горбачевская
30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
«Косточковская СОШ»
_____ В.Ф. Поляк
Приказ от 30.08.2023г. № 424

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности
«Движение есть жизнь»
спортивно-оздоровительной деятельности
1-4 классов**

Количество часов – 135:

в 1 классе – 33 часа (1 час в неделю),
во 2 классе – 34 часа (1 час в неделю),
в 3 классе – 34 часа (1 час в неделю),
в 4 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Программу разработали учителя начальных классов: Федулова Г.В.
Куртэюпова Д.Р.
Макоед Т.С.
Кулаш Н.Н.

с. Косточковка, 2023 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основании основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Косточковская СОШ»

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Движение - это жизнь один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях.

Работа в области музыкально-ритмического воспитания позволяет решать такие задачи:

- развивать эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности;
- формировать эстетический вкус;
- развивать познавательное отношение к действительности.

Движение под музыку дополняет этот ряд:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Танцевальные движения способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества.

Каждая игра (пляска, упражнения) имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого музыкальный руководитель направляет внимание детей на музыку, учит ребенка правильно исполнять движение.

В обучении музыкально - ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех педагогических методов обучения (наглядный, словесный, практический), а игровая форма заданий, занимательность помогают без особых затруднений усвоить многие достаточно сложные движения.

При разучивании новых движений не следует добиваться, чтобы дети овладели ими на одной игре, пляске. Надо те же движения повторять в разных плясках, соединять с разной музыкой, чтобы движение совершенствовалось постепенно и чтобы дети учились относиться к нему, как к средству выражать различные образы, чувства, действия.

В младшем школьном возрасте дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется изучить ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы, пляски и игры способствуют гармоническому развитию личности. В изящных или задорных движениях, каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер. Соприкасаясь с танцевальным искусством, в доступной для детей форме, они постепенно приобщаются к миру прекрасного.

Овладение детьми движениями под музыку помогает развитию музыкального восприятия, умению передавать различные средства музыкальной выразительности, в

свободных движениях отображать жанры музыки (марш, танец, вальс, народный танец, напевную песню), передавать их «языком движений», мимикой и пантомимикой, в танце и игре музыкальный образ, способствует проявлению творческих способностей детей в движениях под музыку в музыкально-двигательной импровизации. В сюжетно-ролевой игре, танцах, происходит развитие психологических функций (внимания, восприятия, памяти, воображения, мышления) и эмоционально-волевой сферы.

Систематические занятия детей школьного возраста очень полезны для физического развития, улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения. Постепенно все начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях.

Направленность образовательной программы

Программа «Движение есть жизнь» представляет дополнительный образовательный курс спортивно - оздоровительной направленности.

При составлении программы учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные направления, использовалась методическая литература.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что данная программа ориентирована на приобщение каждого ребенка к музыкально-художественной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки педагогом.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Основными задачами программы начальной школы являются:

- выявление творческих способностей в области искусства танца;
- приобретение навыков музыкально - ритмического движения;
- ознакомление с жанровыми и стилистическими особенностями искусства танца.

Цели и задачи обучения.

Цель занятий « Движение - есть жизнь» состоит в углублении и дифференциации восприятия музыки (выделение средств выразительности, формы), её образов и формировании на этой основе навыков выразительного движения. Необходимо обучить детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими, развить координацию, музыкальность, выразительность и мягкость исполнения, развить свою гибкость и выносливость.

Задачи программы:

- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- развивать основы музыкальной культуры;
- развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память);

- учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний, медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т. д.);
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении;
- развивать творческие способности в области искусства танца: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.

Эти задачи решаются при выполнении основного программного требования — соответствия характера движений содержанию и развитию музыкального образа.

Программа внеурочной деятельности «Движение есть жизнь» предназначена для детей младшего школьного возраста. Ведущая деятельность этого возраста – учение через игру, танец и ритмичные упражнения.

Основные педагогические принципы - систематичность, постепенность и последовательность.

Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение.

Программа в себя музыкальные, ритмические, танцевальные упражнения, музыкальные игры.

Организация образовательного процесса.

Программа курса внеурочной деятельности младших школьников «Движение есть жизнь» рассчитана на 4 года. Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 1 академический час. Объем часов в год составляет с 1 класса – 33 часа, 2 класса - 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа. Продолжительность занятий: - 1 класс – 35 мин, 2 – 4 класс – 45 мин.

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

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: слушание музыки, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие.

Программа «Движение есть жизнь» ведется в рамках школьного компонента и не предусматривает оценивание учащихся в баллах.

При проведении занятий педагоги придерживаются следующих принципов:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основа танцевальных движений;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений;
- 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.

Содержание курса внеурочной деятельности

| Формы организации внеурочной деятельности | Виды организации внеурочной деятельности |
|---|--|
| Метод активного слушания музыки | - комментирование |
| Метод использования слова | - инструктирование |
| Метод наглядного восприятия | - корректирование |
| Метод практического обучения | |

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся. 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.

В музыкально - ритмическом движении ритм понимается в широком смысле слова. В него входят развитие и смена музыкальных образов (основных мыслей, чувств, музыкально оформленных в небольшом построении), структура произведения, темповые, динамические, регистровые, метроритмические соотношения. Поэтому в процессе занятий ритмикой особенно успешно развивается эмоциональная отзывчивость на музыку, приобретает навык восприятия, воспроизведения музыкально-ритмической основы произведения.

Виды музыкально - ритмических движений и основные двигательные навыки у детей младшего школьного возраста.

Музыкальное воспитание средствами движения осуществляется в играх, хороводах, плясках, танцах, упражнениях, драматизациях, доступных и интересных детям.

1-4 классы

1.Музыкальная игра.

Игра – наиболее активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки, осуществляется в образных движениях. Игра имеет определённый сюжет, правила, музыкально-учебные задания, и, облегчённая в интересную форму, помогает лучшему усвоению программных навыков.

2.Пляски, танцы, хороводы.

Своеобразной формой музыкально - ритмических движений являются детские пляски, танцы, хороводы, включающие элементы народных и классических танцевальных движений.

Исходя из поставленных задач и общего содержания, их можно последовательно сгруппировать:

- пляски с зафиксированными движениями, построение которых всегда зависит от структуры музыкального произведения;
- пляски комбинированные, имеющие зафиксированные движения и свободную импровизацию;
- свободные пляски, которые носят творческий характер и исполняются под народные плясовые мелодии. Дети, используя знакомые элементы танцев, построений, упражнений, комбинируют их по-новому, придумывают «свою» пляску;
- хороводы плясового характера, чаще связанные с народными песнями, исполняя которые дети инсценируют сюжет, сопровождая его плясовыми движениями;
- детский «бальный танец», включающий вальсообразные движения. Лёгкий, оживленный характер музыки сопровождается всё время повторяющимися танцевальными элементами

- характерный танец, в котором «свободные» плясовые движения исполняет какой-либо персонаж в свойственной ему манере (танец снежинок).

В плясках очень ограниченно используются самые простые движения, так как детям трудно запомнить их последовательность.

3. Упражнения.

Музыкально-ритмические навыки усваиваются главным образом в ходе разучивания игр, плясок, хороводов. Однако некоторые из них требуют дополнительных усилий, тренировок, упражнений. Например, надо поупражнять детей в точном исполнении ритмического рисунка, акцента. Педагог помогает ребятам с ним справиться. Некоторые упражнения помогают навыкам выразительного движения в передаче игрового образа, в ходьбе, беге, поскоках, а также тренируют в усвоении отдельных танцевальных элементов.

Дети рано начинают чувствовать настроение, характер музыки, воспринимая её сначала в совокупности всех средств, выделяют, отличая отдельные, наиболее яркие средства, доминирующие в произведении (например, форму, темп, динамику, метроритм), передавая это в движениях.

Музыкально-ритмические навыки осваиваются в процессе разучивания игр, плясок, хороводов и упражнений. Важно научить ребят воспринимать музыку целостно, схватывать общее настроение, характер. Однако в процессе обучения можно выделить те или иные навыки, которые особенно хорошо усваиваются при разучивании данного материала.

Двигательные навыки детей, необходимые для постановки танца, зависят, в первую очередь, от психофизиологических особенностей. Разучивание движений только тогда будет эффективно, когда оно основано на знании возможностей ребенка, а так же требуется строгий учет его возрастных психофизиологических особенностей. Танцуя, ребенок, включается в творческий процесс. Совершенствуются его двигательные возможности и навыки.

Выполнение двигательных упражнений способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков.

Движения становятся более выразительными, углубленными и утонченными. В разные моменты жизни детей общение с музыкой и танцем позволяет решать разные педагогические задачи. Наибольший вклад, безусловно, будет сделан в формировании личности ребенка при разумном использовании знаний психического развития.

Движение под музыку дополняет ряд задач занятий ритмикой:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимет нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Знание особенностей детского восприятия в младшем школьном возрасте позволяет преподавателю наиболее точно и грамотно использовать методические приемы обучения.

Особенность детского восприятия такова, что вырабатывать точность, четкость, осмысленность движения помогает использование подражательных движений или образное сравнение.

Занятия ритмикой доставляют детям радость и удовольствие. Но должны быть доступны и содержание, и характер движений. Некоторые дети могут проявлять манерность, напряженность и передавать лишь внешнюю форму упражнений.

Каждое упражнение имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого музыкальный руководитель направляет внимание детей на музыку.

Работа по закреплению и углублению связи движений с музыкой проходит успешно, если музыкальный руководитель, соблюдая последовательность задач музыкального

восприятия, одновременно воспитывает и развивает движения детей, систематически прививая им необходимые навыки.

Дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется изучить ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

Занятия по программе позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Практическая значимость занятий:

Насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не даёт детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык. Использование такой структуры занятия даёт ощутимые результаты: к концу обучения, используя простые движения и несложные комбинации, дети демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

Ожидаемые результаты.

1 класс:

- приобретение учащимися представлений о темпе, ритме, амплитуде движений, способности выполнить определённые танцевальные движения;
- приобретение школьниками знаний о правилах групповой работы, основ этикета и грамотной манеры поведения в обществе, представлений об актёрском мастерстве,
- получение сведений о танцах разных народов и различных эпох и формирование позитивного отношения школьника к традициям других народов, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

2 класс:

- развитие ценностного отношения школьников к культуре, труду, воспитание чувства сопереживания к товарищам;
- развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни;
- гармонизация развития учащихся, расширение рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца;
- познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора.

3 класс:

- приобретение опыта публичного выступления;
- зная об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике,
- приобретение умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

4 класс:

- в играх действовать самостоятельно, искать выразительные движения, не подражая друг другу; придумывать или выбирать движения в соответствии с характером музыкального произведения.
- в совершенстве исполнять изученные танцевальные композиции различных жанров;
- импровизировать под любое музыкальное произведение;
- доброжелательно и уважительно общаться в коллективе и в своей танцевальной паре; знать основы этики поведения в танцевальном зале,
- совершенствовать полученные знания, умения, навыки в области хореографического искусства.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные

Знать:

- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;
- правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.
- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.

Уметь:

- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.
- соблюдать правила поведения в классе и дисциплину;
- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.

Применять:

- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия ;
- подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.

Метапредметные

Знать:

- знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.
- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

Уметь:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

Применять:

- полученные сведения о многообразии танцевального искусства красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения. Способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья

Предметные

Знать:

- необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;
- танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты

Уметь:

- работать с танцевальными движениями, танцевальными шагами (переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки), элементы русского танца (ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник);
- импровизировать;
- работать в группе, в коллективе.
- выступать перед публикой, зрителями.

Применять:

- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект
- иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

**Тематическое планирование
1 класс (33 ч)**

| Тема | часы | Электронные образовательные ресурсы |
|---|------|---|
| Инструктаж по ТБ для учащихся. Введение в образовательную программу. | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Урок-игра «Давайте познакомимся». Танцевальная игра «Один плюс все!». | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Упражнения на ориентировку. Игра на внимание «Быстро по местам!». | 1 | |
| Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Повтори!» | 1 | |
| Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Потолок - пол». | 1 | |
| Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Танцевальный паровоз!». | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Игры под музыку. Танцевальные упражнения: повороты, хлопки, подскоки | 1 | |
| Игры на внимание. Танцевальная зарядка. Танцевальный этюд «Новогодняя полька». | 1 | |
| Танцевальная игра «Один плюс все!». Танцевальный этюд «Пяточка - носочек». | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Перестроения. «Змейка» | 1 | |
| «Хоровод». Перекаты стопы | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Перестроения, «Шахматы» | 1 | |
| Движения на развитие координации. | 1 | |
| Ходьба с координацией рук и ног | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Бег и подскоки | 1 | |
| Упражнения на развитие тела под музыку | 1 | |
| Элементы гимнастики: пружинные движения ногами. | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Упражнения для развития позвоночника. | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Закрепление изученных упражнений | 1 | |
| Упражнения на развитие координации. Танец «Стирка» | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| «Я – герой сказки». Любимый персонаж . | 1 | |
| Основные движения, переходы в позиции рук | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Элементы народного танца: ковырялочка. | 1 | |
| Музыкально-ритмические игры: «Коршун и курица» | 1 | |
| Музыкально-ритмическая игра: «Магазин игрушек». | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Упражнения на выстукивание под музыку. | 1 | |
| Отработка упражнений. | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Закрепление изученного. | 1 | |
| Общеразвивающие упражнения. | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Общеразвивающие упражнения: перекаты стопы. | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Геометрические композиции фигур (коллективные). | 1 | |

| | | |
|---|-----------|---|
| Музыкально-ритмическая игра: «Я и мир вокруг». | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Многообразность и необычность движений. Игра «Волк и Заяц». | 1 | https://resh.edu.ru/class/1/ |
| Итого: | 33 | |

2 класс (34 ч)

| Тема | часы | Электронные образовательные ресурсы |
|---|-------------|---|
| Инструктаж по ТБ для учащихся. Вводный урок. Урок-путешествие в мир танца. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Урок-игра «Давайте познакомимся». Танцевальная игра «Один плюс все!». | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Упражнения на ориентировку. Игра на внимание «Быстро по местам!». | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Танцевальное приветствие. Позиции рук: I, II, III, подготовительное. Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Повтори!» | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Ритмико-гимнастические упражнения. Позиции ног: I, II, III, V, VI. Игра «Потолок - пол». | 1 | |
| Ритмико-гимнастические упражнения. Постановка корпуса, рук, ног. Игра «Танцевальный паровоз!». | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Игры под музыку. Танцевальные упражнения: повороты, хлопки, подскоки. Положение «Деми - плие» по I, II, III позициям (полуприседание). | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Игры на внимание. Танцевальная зарядка. Танцевальный этюд «Новогодняя полька». Положение «Гранд - плие» по I, II, III, позициям | 1 | |
| Танцевальная игра «Один плюс все!». «Релевэ» по VI позиции (подъём на полупальцы) Танцевальный этюд «Пяточка носочек». | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Переменный шаг. | 1 | |
| Приставной шаг. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Галоп. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Подскоки. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Определение такта в музыке. | 1 | |
| Определение темпа музыкальной композиции. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Ускорение темпа движений (ачелерендо) | 1 | |
| Замедление темпа движений (ритардандо) | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Характер танцевальной музыки (динамические оттенки). | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Ходьба с координацией рук и ног. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Плавность движений. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Закрепление изученных упражнений. Игра «Я – учитель» | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Элементы народного танца: хоровод. | 1 | |

| | | |
|--|-----------|---|
| Элементы народного танца: пляска парная | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Элементы народного танца: перепляс. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Элементы народного танца: массовый пляс. | 1 | |
| Элементы народного танца: ковырялочка. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Элементы народного танца: елочка. | 1 | |
| Отработка упражнений. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Закрепление изученного. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Общеразвивающие упражнения. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Общеразвивающие упражнения: плавная ходьба на носочках. | 1 | |
| Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные). | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Композиция танца: экспозиция, завязка, развитие танца. | 1 | |
| Подведение итогов. | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Итого: | 34 | |

3 класс (34 ч)

| Тема | Всего часов | Электронные образовательные ресурсы |
|---|--------------------|---|
| Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивании, притоп). | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Танцы народов РФ, их особенности и костюмы | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Танцевальная зарядка. Упражнения для рук. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Ритмическая схема. Ритмическая игра. | 1 | |
| Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок). | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Упражнения на определение такта в музыке. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Упражнения на определение темпа музыкальной композиции. | 1 | |
| Танцевальные движения в разном темпе. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Характер танцевальной музыки (динамические оттенки). | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Координация движений. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Плавность движений. | 1 | |
| Закрепление изученных упражнений. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Жанры музыки: марш. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Жанры музыки: песня. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Жанры музыки: танец. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Актерская выразительность | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Упражнения в актерской выразительности | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Основные движения русского танца: хороводный шаг. | 1 | |

| | | |
|---|-----------|---|
| Основные движения русского танца: переменный ход. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Вращения на месте. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Веровочка, присядки. | 1 | |
| Элементы народного танца: кадрили квадратная. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Элементы народного танца: кадрили линейная. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Элементы народного танца: кадрили круговая. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Отработка упражнений. | 1 | |
| Закрепление изученного. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Классический танец: вальс. Разучивание шагов. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Классический танец: вальс. Отработка шагов. | 1 | |
| Классический танец: фигурный вальс. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Классический танец: фигурный вальс. Закрепление. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Подведение итогов. | 1 | https://resh.edu.ru/class/3/ |
| Итого: | 34 | |

4 класс (34 ч)

| Тема | часы | Электронные образовательные ресурсы |
|--|------|---|
| Организационный урок. Введение. Инструктаж по технике безопасности. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Основные танце-вальные правила. Приветствие. Постановка корпуса | 1 | |
| Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Понятие о рабочей и опорной ноге. | 1 | |
| Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка. | 1 | |
| Первый танцевальный элемент «Крест». | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Разучивание позиций рук и ног. | 1 | |
| Наклоны и повороты с хореографической точки зрения. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Гимнастические элементы. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Ритмические упражнения в различных комбинациях. | 1 | |
| Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Урок-игра | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Аэробика. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Аэробика. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Аэробика. | 1 | |

| | | |
|---|-----------|---|
| Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. | 1 | |
| Партнер и партнерша. Разучивание танца в паре. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Партнер и партнерша. Разучивание танца в паре. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Гимнастика Parter. | 1 | |
| Гимнастика Parter. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Игровые двигательные упражнения с предметами | 1 | |
| Элементы украинского танца: базовые шаги, ковырялочка, присядки. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Отработка учебного этюда на украинском материале. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Элементы белорусского танца: основные ходы, моталочка, трюки (мужской класс). | 1 | |
| Отработка учебного этюда на белорусском материале. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Элементы молдавского танца: основной ход, ронд де жамп партер, па де буре. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Отработка учебного этюда на молдавском материале. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Закрепление пройденного материала. | 1 | |
| Закрепление пройденного материала. | 1 | https://resh.edu.ru/class/4/ |
| Контрольный урок. | 1 | |
| Итого: | 34 | |