

Согласовано
Зам. директора МБОУ «СОШ №18»
Энгельского муниципального района
Полищук С.В. / Полищук С.В. /

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №18»
Энгельского муниципального района
Степанова Е.Л. / Степанова Е.Л. /
Приказ от *10.08.2018* № *301*



Рабочая программа по внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению развития личности
кружок «Ритмика»
для обучающихся начального общего образования
(1-4 класс)
МБОУ «СОШ №18»
Энгельского муниципального района

Составитель: Полищук С. В.,
заместитель директора по УВР

Энгельс, 2018

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности создана на основе авторского курса «Ритмика и танец» 1-4 классы, утверждённая Министерством образования. М: «Просвещение» 06.03.2001г и авторской программы по учебному предмету ритмика для учащихся 1-4 классов Беляевой Веры Николаевны «Ритмика и танец»;

Реализация рабочей программы по ритмике осуществляется в соответствии с:

- ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. №273;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (Приказ МО и науки РФ от 06.09.2009 №373, в ред. Приказов от 26.11.2010 г. № 1241, от 22.09.2011 г. № 2357);
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

Программа предназначена для реализации внеурочной деятельности начального общего образования.

Рабочая программа разработана с учётом обучения учащихся с разным уровнем умственного и физического развития.

Программа предназначена для работы в Муниципальном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 18» Энгельсского муниципального района Саратовской области.

Программа рассчитана на 135 часов (по 1 учебному часу в неделю в каждом классе), из них:

- 1 кл. – 33 ч.,
- 2 кл. – 34 ч.,
- 3 кл. – 34 ч.;
- 4 кл. – 34 ч.;

Цель работы МБОУ «СОШ № 18»: развитие интеллектуальных и творческих возможностей личности, её индивидуальности, самобытности, уникальности и неповторимости через освоение фундаментальных основ начального образования.

Модель выпускника начальной школы разработана с учетом особенностей содержания, заложенного в программный материал образовательного процесса школы.

•Коммуникативный потенциал.

Способность к установлению межличностных отношений с педагогами, сверстниками; готовность к коллективным формам деятельности;

умение самостоятельно разрешать конфликты мирным путем. Достаточный уровень саморегуляции и самоконтроля в межличностном взаимодействии, продуктивность в общении.

•Познавательный потенциал.

Высокий уровень активности, самостоятельности в учебной работе. Грамотность и богатый словарный запас устной речи. Навыки логических операций; выделение существенных признаков, обобщение, классификация, аналогии и другие действия. Беглость, гибкость, оригинальность и чувствительность к проблемам, как основа креативности.

•Нравственный потенциал.

Понимание сущности нравственных качеств и черт характера окружающих людей, проявление в отношениях с ними доброты, честности, порядочности, вежливости. Усвоение духовных ценностей, чувство любви к Родине.

•Культурный потенциал.

Желание строить свою жизнь по законам гармонии и красоты, потребность в культурном досуге, стремление творить прекрасное в учебной, трудовой деятельности, поведении, в отношениях с окружающими.

•Физический потенциал.

Стремление к физическому здоровью. Желание активного досуга. Знание подвижных игр и танцев народов мира.

Курс внеурочной деятельности «Ритмика» – формирует основы знаний в области слияния музыки и танца, культуры движений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных танцевальных упражнений, под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Цель курса: приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

В процессе самостоятельного использования учащимися приобретённых знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня. Основной формой учебно – воспитательного процесса по предмету – уроки ритмики, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, танцевальные упражнения на праздники самостоятельные занятия танцевальные упражнениями.

Основной формой организации внеурочной деятельности учащихся в процессе освоения ими курса – является занятие. Предполагается использовать следующие образовательные технологии:

здоровьесберегающие, игровые, информационно-коммуникационные, проблемного обучения, проектной деятельности, исследовательской деятельности, развития критического мышления, моделирования.

Результаты освоения курса.

Воспитанник научится:

Прохлопать ритм музыкального произведения;

Выполнять упражнения корригирующей и развивающей направленности под музыкальное сопровождение;

Воспитанник получит возможность научиться:

Исполнять несложные танцевальные композиции соответствующие возрастной категории.

Развитие компетентностей в результате реализации программы:

У младших школьников на занятиях ритмики необходимо формировать: учебно-познавательную компетенцию, ценностно-смысловую, коммуникативную, информационную компетенцию, сотрудничество – умение осуществлять эффективное взаимодействие в коллективе, саморазвитие – способность организовывать свою деятельность, самопознание, самооценка, критическое и аналитическое мышление, умение планировать и выполнять действия, так чтобы получить ожидаемый результат.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

Ожидаемый результат

1 класс

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям.

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.

наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

познавательные

навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Учащиеся должны уметь:

готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

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 свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

коммуникативные

умение координировать свои усилия с усилиями других;

задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций

Предметные результаты. Выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки).

2 класс

Личностные результаты

Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.

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.

наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

познавательные

навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Учащиеся должны уметь:

готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;

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 свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;

ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

выполнять игровые и плясовые движения;

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. Выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о

выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

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. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

регулятивные

проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

умение действовать по плану и планировать свою деятельность.

воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

познавательные

умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

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 игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;

передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

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;

допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;

Предметные результаты:

- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

4 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 неповторимый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

регулятивные

проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

умение действовать по плану и планировать свою деятельность.

воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

познавательные

умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

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 игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;

передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

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;

допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;

Предметные результаты:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Учебно-тематический план 1-4 класс

№	Раздел	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	5	4	4	3
2	Ритмико-гимнастические упражнения	5	5	5	6
<i>Общеразвивающие упражнения.</i>					
3	Упражнения на координацию движений	4	5	5	5
4	Игры под музыку	5	5	5	5
5	Танцевальные упражнения	5	5	5	5
6	Танцы и пляски	4	5	5	5
Итого		33	34	34	
Каникулярное время		2-3 часа	2-3 часа	2-3 часа	2-3 часа

Содержание программы внеурочной деятельности по курсу «Ритмика» 1-2 класс

Упражнения на ориентировку в пространстве

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико-гимнастические упражнения *Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Игры под музыку.

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в

музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Танцы и пляски

Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».

Стукалка. Украинская народная мелодия.

Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.

Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.

Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.

Содержание программы внеурочной деятельности по курсу «Ритмика» 3-4 класс

Упражнения на ориентировку в пространстве

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений

в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

Игры под музыку

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Танцевальные упражнения

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбородок опущен, висит одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски

Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».

Парная пляска. Чешская народная мелодия.

Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.

Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

Календарно- тематическое планирование 1 класс

№ урока	Название темы	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия.	1		
2	Разминка. Поклон. Музыкальный этюд «Пружинка».	1		
3	Постановка корпуса. Основные правила.	1		
4	Позиции рук. Позиции ног. Основные правила	1		
5	Композиция. Основа перестроения	1		
6	Общеразвивающие упражнения	1		
7	Ритмико-гимнастические упражнения	1		
8	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1		
9	Разминка. Музыкальный этюд «Листья».	1		
10	Движения по линии танца.	1		
11	Движения по кругу, фигуры и линии танца	1		
12	Игры под музыку. Комбинация «Гуси».	1		

13	Комбинация «Слоник».	1		
14	Индивидуальные задания.	1		
15	Ритмико-гимнастические упражнения	1		
16	Разминка. Музыкальный этюд «Цыплята».	1		
17	Позиции в паре..	1		
18	Основные правила. Танец «Диско»	1		
19	Элементы танца «Диско»	1		
20	Упражнения для улучшения гибкости	1		
21	Работа над танцем «Диско»	1		
22	Комбинация «Ладшки».	1		
23	Работа над танцем «Кадриль»	1		
24	Тренировочный танец «Стирка»	1		
25	Работа над танцевальными движениями (Постановка танцев «Кадриль», «Стирка»)	1		
26	Ритмико-гимнастические упражнения	1		
27	Разминка. Основные движения танца «Полька». Разучивание движений.	1		
28	Работа над танцевальными движениями. Танец «Полька»	1		
29	Я танцую. Отработка элементов танцев	1		
30	Гимнастический этюд	1		
31	Общеразвивающие упражнения.	1		
32	Работа над танцевальными композициями. Ритмико-гимнастические упражнения	1		
33	Концерт	1		
Итого		33		

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ урока	Название темы	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1		
2	Разминка. Музыкальный этюд «Бабочки».	1		
3	Общеразвивающие упражнения.	1		
4	Разучивание танцевальной разминки.	1		
5	Танец «Полька».	1		
6	Упражнения на дыхание. Упражнения для развития правильной осанки.	1		
7	Постановка корпуса. Разучивание поклона. Танец «Полька».	1		
8	Ходьба с координацией рук и ног.	1		
9	Элементы партерной гимнастики	1		
10	Тренировочный танец “Ладшки”. Основные движения, переходы в позиции	1		

	рук.			
11	Прыжки «Разножка». Прыжки с поворотом на 1/4	1		
12	Разминка. Музыкальный этюд «Птицы».	1		
13	Движения по линии танца.	1		
14	Приставной шаг и каблучные движения	1		
15	Танец «Вару – Вару».	1		
16	Разучивание движения «Ковырялочка»	1		
17	Разучивание комбинаций в паре.	1		
18	«Мостик» из положения лежа. Кувырок	1		
19	«Лодочка», «Корзиночка», «Свечка»	1		
20	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка.	1		
21	Разучивание «Вальсового» шага	1		
22	Разучивание поворотов в танце	1		
23	Бег на полупальцах.	1		
24	Разминка. Музыкальный этюд «Мячик».	1		
25	Общеразвивающие упражнения.	1		
26	Танец « Диско».	1		
27	Подвижные игры	1		
28	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1		
29	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1		
30	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1		
31	Разминка. Музыкальный этюд «Пружинка».	1		
32	Движения по линии танца.	1		
33	Индивидуальное творчество «Я – герой любимой сказки».	1		
34	Концерт	1		
Итого		34		

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№ уро ка	Название темы	Количес т во часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Обучение ритмике в 3 классе. Беседа о технике безопасности на уроке. Ходьба. Виды ходьбы	1		
2	Элементы гимнастики	1		
3	Разучивание разминки	1		
4	Упражнения на развитие координации	1		
5	Ходьба с координацией рук и ног	1		
6	Азбука ритмической гимнастики	1		
7	Позиции рук. Основные правила	1		
8	Позиции ног. Основные правила	1		
9	Позиции в паре. Основные правила	1		
10	Шаг польки	1		
11	Галоп, подскоки в повороте.	1		
12	Работа над растяжкой.	1		
13	Танцевальный шаг в русском характере	1		
14	Понятие «линия танца»	1		
15	Понятие «перестроение из линий в круг и обратно»	1		
16	Прыжки с продвижением вперед, назад и из стороны в сторону.	1		
17	Элементы народного танца	1		
18	Разучивание танцевальных связок	1		
19	Отработка движений	1		
20	Складочка и перегибы корпуса сидя на полу.	1		
21	«Мостик» из положения лежа. Кувырок	1		
22	Работа над шпагатами	1		
23	Прыжки	1		
24	Подвижные игры	1		
25	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1		
26	Музыкальные, танцевальные темы.	1		
27	Разучивание простейших танцевальных элементов	1		
28	Элементы «Часики», «Качели»,	1		
29	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.			
30	Выразительные средства музыки и танца.	1		
31	Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1		
32	Упражнения на расслабление мышц.	1		
33	Закрепление пройденного материала	1		
34	Контрольный урок.	1		
Итого		34		

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ урока	Название темы	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Введение в мир танца. Правила техники безопасности в танцевальном зале. Виды ходьбы.	1		
2	Элементы гимнастики.	1		
3	Разучивание разминки.	1		
4	Упражнения на развитие координации.	1		
5	Азбука ритмической гимнастики.	1		
6	Позиции рук. Основные правила.	1		
7	Позиции ног. Основные правила.	1		
8	Позиции в паре. Основные правила.	1		
9	Шаг польки	1		
10	Галоп, подскоки в повороте.	1		
11	Партерная гимнастика.	1		
12	Складочка и перегибы корпуса сидя на полу.	1		
13	Упражнения для укрепления брюшного пресса.	1		
14	Работа над растяжкой.			
15	Разучивание элементов в современных ритмах	1		
16	Понятие «линия танца»	1		
17	Понятие «перестроение из линий в круг и обратно»	1		
18	Прыжки с продвижением вперед, назад и из стороны в сторону.	1		
19	Элементы народного танца	1		
20	Разучивание танцевальных связок	1		
21	Разучивание элементов Венского вальса	1		
22	Венский Вальс. Повороты.	1		
23	Венский Вальс. Движения в паре.	1		
24	Правила танцевального этикета.	1		
25	Аэробика. Разучивание основных движений	1		
26	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1		
27	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1		
28	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1		
29	Ритмические упражнения.	1		
30	Фигуры в танце. «Квадрат, круг, треугольник»	1		
31	Основные построения :1 линия, 2 линия.	1		
32	Разучивание построений «Воротца, звездочка, змейка»	1		
33	Закрепление пройденного материала	1		
34	Обобщающий урок.	1		
	Итого	34		

Учебно-методическая литература

- Андреева М. Дождик песенку поет. – М.: Музыка, 1981.
- Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1979.
- Бекина С., Ломова Т., Соковина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
- Бекина С., Ломова Т. Хоровод веселый наш. – М.: Музыка, 1980.
- Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.
- Бычаренко Т. С песенкой по лесенке: Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1984.
- Волкова Л. Музыкальная шкатулка. Вып. I-III. – М.: Музыка, 1980.
- Дубянская Е. Нашим детям. – Л.: Музыка, 1971.
- Дубянская Е. Подарок нашим малышам. – Л.: Музыка, 1975.
- Зиминая А. Музыкальные игры и этюды в детском саду. – М.: Просвещение, 1971.
- Коза-Дерева: Народные сказки с музыкой. Под ред. Н. Метлова. – М.: Музыка, 1969.
- Медведева М. А мы просо сеяли: Русские народные игры и хороводы для детей младшего возраста. Вып. 3, 4. – М.: Музыка, 1981.
- Метлов Н., Михайлова Л. Мы играем и поем: Музыкальные игры для детей дошкольного и младшего дошкольного возраста. – М.: Советский композитор, 1979.
- Слонов Н. Аленушка и лиса: Русская народная сказка. – В сб.: Гори, гори ясно. – М.: Музыка, 1984.
- Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989.
- Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.