

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Иркутская область город Усть-Илимск
Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2»

666671 г.Усть-Илимск, Иркутская обл.,
ул. Солнечная – 1
E-mail: school2ui@mail.ru
Телефон (факс) № (39535) 7-42-95

«РАССМОТРЕНО»
НА ЗАСЕДАНИИ НМС
ПРОТОКОЛ № ____
ОТ «_31_» августа 2024г.
_____ РУКОВОДИТЕЛЬ НМС

«УТВЕРЖДАЮ»
ДИРЕКТОР МБОУ «СОШ № 2»

«__» _____ 20__ г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «РИТМИКА И ТАНЕЦ»

Адресат программы: 7-10 лет
Срок реализации: 4 года
Разработчик программы: Котова Наталья Александровна

г. Усть-Илимск, 2023г.

«Ритмика и танец»

Пояснительная записка

Данная программа разработана на основе программ: «Ритмика и танец» для хореографических отделений школ искусств, рекомендованной комитетом по культуре Администрации Иркутской области; «Хореография», составители И.С.Овечкина, Г.Г.Князьков, В.Н. Священко, рекомендована краснодарской государственной академией культуры и искусств для общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования. Кроме того, при разработке программы использовано пособие «Ритмика» С.Рудневой, Э.Фиш. и коррекционно-развивающее обучение «Ритмика» Н.А. Цыпина.

Направленность программы: художественно – эстетическая.

Актуальность: В век бурного технического процесса, в век «гиподинамии» (недостаточности движения) ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, положительных эмоций, повышения работоспособности, разрядом умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной деятельности.

Посредством знакомства учащихся с искусством ритмики и танца можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у школьников художественный вкус, воспитать благородство манер, изящество исполнения танца, формировать общую культуру. Занятия танцами учат детей красоте, выразительности движений, силе и ловкости, развивают их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечнососудистую системы. Кроме того, занятия требуют напряженного усилия, собранности, повышают трудолюбие ребенка, закаливают характер.

Хореографическое искусство предполагает и овладение рядом сложных психологических механизмов – способностью к высокой сосредоточенности и переключению внимания, к изобразительности и гибкости мышления, к воображению и фантазии. К этому прибавляется умение слушать и слышать музыку, строить свои действия сообразно её ритму, темпу, стилю, настроению.

Адресат программы: учащиеся 7-10 лет.

Интенсивные и неравномерные темпы роста тела детей, характерные для предыдущих лет, замедляются. Увеличение роста и веса идет более пропорционально. Интенсивно протекают морфологические изменения в тканях, органах, происходит их функциональное совершенствование.

К началу младшего школьного возраста двигательная функция организма проходит значительный путь развития. Существенные изменения наблюдаются и в строении мышц. Если раньше мышца росла в основном в длину, то теперь она начинает расти и в толщину. Особенно интенсивно развиваются мышцы туловища и конечностей. Дети 7—10 лет могут успешно овладевать тонкими и координационно-сложными движениями, если они умеренны по амплитуде и не требуют большой силы. Позвоночник гибок и податлив, при длительном неправильном положении тела возможно его искривление. Поэтому необходимо следить за правильной осанкой и походкой.

Быстрыми темпами совершенствуется нервная регуляция произвольной мышечной деятельности, повышается функциональная активность каждой мышечной единицы. Происходит освоение центральной нервной системой развивающихся возможностей мышечной массы. В этот период времени целесообразно применять разносторонние упражнения.

Детям этого возраста характерны богатства воображения, эмоциональность и непосредственность реакций, также свойственна высокая возбудимость нервных центров и слабость процессов внутреннего торможения. Отсюда у них менее устойчиво внимание и большая утомляемость.

Форма обучения: очная

Формы занятий: теоретические, практические, участие в концертах и школьных мероприятиях.

Особенности набора детей – свободный набор

Режим занятий - периодичность и продолжительность занятий: количество часов в год-68ч.; количество часов и занятий в неделю – 2ч.

Цель программы: укрепление физического здоровья, развитие эмоциональной сферы и художественно-творческих способностей учащихся средствами ритмики и танца.

Задачи:

- формирование у детей выразительности, пластичности, грациозности движений, любви к хореографическому искусству;
- развитие художественного вкуса;
- развитие музыкальных и танцевальных способностей учащихся, артистизма, творческого воображения;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

- укрепление мышечного корсета, формирование правильной осанки.
- воспитание таких личностных качеств, как: трудолюбие, толерантность, умение работать в группе, паре.

Объем программы - общее количество учебных часов: 272ч. (1 год обучения – 68 часа, 2 год обучения – 68ч., 3 год обучения – 68ч., 4 год обучения – 68ч.)

Спецификой предмета «Ритмика и танец» является то, что занятия с учениками имеют некоторые педагогические особенности.

1) Следует учитывать, прежде всего, недопустимость физических перегрузок, которые могли бы отрицательно сказываться на еще неокрепшем организме ребенка. Поэтому наиболее целесообразный путь - развитие и усложнение форм ритмической и танцевальной деятельности. Используя их, педагог должен стремиться к закреплению у детей навыков правильной осанки, элементов хореографической выразительности, художественному совершенствованию естественных движений. Кроме того, пластическими средствами отшлифовывается и музыкальность ребенка, ибо между слуховыми и двигательными способностями существует внутренняя взаимосвязь, а также его способность понимать внешнюю красоту позы, жеста и движения вообще.

Техника танца - это, прежде всего выучка, воспитание всего организма человека - мышц, психики, нервной системы, что невозможно без физической, систематически повторяющейся нагрузки. Проникновение во все «тайны» точной техники танца начинается с первых шагов обучения на основе строжайшего принципа - от простого к сложному. В учебной работе надо твердо усвоить хореографическую и ритмическую основу изучаемых движений, затем музыкальность исполнения. Физическую свободу движения надо отрабатывать не только при помощи развития силы, выносливости и подвижности мышц, но и воспитания веры в себя, в свои творческие силы.

2) Для разнообразных видов хореографического искусства, в первую очередь для классического, а также для историко-бытового танца используется одна общепринятая терминология. Вопрос терминологии в хореографическом искусстве имеет большое значение, так как она является своеобразным языком этого вида искусства. Общепринятая терминология даёт словесное определение танцевального элемента.

3) Преподаватель ритмики и танца должен заранее знакомиться с учащимися, а также определять их внешние сценические данные, музыкальность и выразительность, танцевальные и ритмические способности. В процессе определяются такие функциональные данные, как выворотность, шаг, подъём, гибкость, прыжок.

4) Также педагогу необходимо уделить большое внимание изучению эмоциональности и темперамента ребенка. Индивидуальные особенности человека зависят от свойств нервных процессов, возбуждения и торможения, их силы, уравновешенности и подвижности. Психологии младших школьников свойственны такие познавательные процессы как эмоциональное восприятие, наглядно-образное мышление, зрительная и словесная память. При этом очень ярко (именно в этом возрасте) проявляются группы темперамента: девочки более спокойны и уравновешены, мальчикам свойственна нетерпеливость и торопливость. Необходимо знать типы темперамента: сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик.

5) Физические данные во многом зависят от здоровья детей, при этом необходим медицинский осмотр и обследование. Преподаватель, медицинский работник, родители обязательно должны принимать во внимание здоровье ребенка и следить за ним постоянно и очень внимательно.

6) Большое внимание должно уделяться подбору музыкального репертуара. Детский репертуар необходимо подбирать серьезно и очень тщательно, так как при исполнении танцевальной композиции дети должны показать свои успехи, получить удовлетворение от труда.

К числу **планируемых результатов** освоения 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, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;

- **предметные результаты** – освоение начальных навыков музыкально-ритмической деятельности, хореографической терминологии базовых упражнений, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), умений применения полученных начальных знаний и навыков в танцевальных этюдах и танцах, импровизировать движения на заданную тему, развитие чувства ритма, уметь выполнять танцевально-тренировочные упражнения,

умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение, приобретение опыта выступлений в концертах.

Программа состоит из разделов

1. **Раздел «Ритмика»** предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и «мышечного чувства», формирование художественно-творческих способностей. Состоит из ритмических упражнений, музыкальных заданий по слушанию и анализу танцевальной музыки, движений под музыку. Упражнения этого раздела должны научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, сформировать умения согласовывать движения с музыкой. Следует учитывать, что недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей.

2. **Раздел «Элементы классического танца»** включает танцевально-тренировочные упражнения классического экзерсиса. Это простейшие шаги, элементы балетной и партерной гимнастики, упражнения на ориентировку в пространстве, несложные элементы танцев, формирующие у детей хорошую осанку, гибкость, координацию и культуру движений, что способствует подготовке моторно-двигательного аппарата к выполнению более сложных движений и танцевальных комбинаций.

3. **Раздел «Элементы народных и историко-бытовых танцев»** составляют танцевально-тренировочные упражнения народного и историко-бытового танца, а также элементы танцев, входящих в данную программу. Это позволяет разнообразить учебно-тренировочную работу на уроке и создает условия для более эффективного обучения детей программным массовым играм и танцам.

4. **Раздел «Танцы, хороводы, музыкальные игры»** предусматривает знакомство детей с музыкой и танцами разных народов, воспитание у них чувства интернациональной дружбы, коллективизма, культуры поведения и общения, а так же формирование умений и навыков ритмично двигаться под музыку в движении, передавать различный её характер, динамику, темп и другие средства музыкальной выразительности. Инсценировать песни по их содержанию. Выразительно исполнять танцы, хороводы, музыкальные игры.

Примерный тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов			
		1	2	3	4
1.	Ритмика	16	12	12	12
2.	Элементы классического танца	6	4	6	6
3.	Элементы народного и историко-бытового танца	8	16	16	12
4.	Танцы, хороводы, музыкальные игры	38	36	34	38
	Итого:	68	68	68	68

Содержание программы

1 класс (68 часов)

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты. Исполнение хлопками, притопами ритмических рисунков некоторых музыкальных произведений включенных в программу 2 класса (1 год обучения). Овладение простейшими навыками координации движений и Дополнение танцев, хороводов, музыкальных игр. Разучивание элементов танцев.

1. Ритмика(16 часов)

Элементы музыкальной грамоты.

Определение и передача в движении:

- характера музыки (веселый, грустный);
- темпа (медленный, быстрый);
- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетной формы (вступление, запев, припев);
- жанров музыки (марш, песня, танец - вальс, полька).

Музыкальный материал:

характер музыки, темп, динамика («громче - тише», муз. Е. Туманян, «Чувство» муз. М. Глинки);

строение музыкального произведения («Полька» муз. М. Глинки, «Хор мальчиков» из оперы «Кармен» муз. Ж. Бизе); метроритм, ритмический рисунок, длительности («Моя лошадка» муз. А. Гречанинова, «Маленькая пьеса» муз. Н. Ладухина).

Упражнения для развития ориентации в пространстве:

- построение в колонну по одному, по два в движении на месте;
- построение в шеренгу;
- построение в круг;
- сужение и расширение круга.

Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц:

- напряжение и расслабление мышц рук;
- сгибание кистей: вверх, вниз, назад, вперед;
- поднимание рук вверх и опускание;
- вращение стопы: поднимание носком вверх и опускание вниз, отведение вправо, влево.

Упражнения для развития художественно-творческих способностей:

- «Плывем на лодке - байдарке», «сажаем картошку», «проснулись - потянулись», «собираем камешки», « поднимаем флаги», «шьем - гладим», «пилим - колем». Движение в образах персонажей: зайца, лисы, медведя и др.

Элементы партерной гимнастики.

2. Элементы классического танца (6 часов)

- позиции: I, II, III, IV;
- положение рук: подготовительное, на поясе, за край юбки (девочки), за спиной (мальчики);
- позиции рук: I, II, III;
- постановка корпуса, головы;
- поклон в ритме вальса;
- повороты и наклоны головы;

- повороты корпуса вправо, влево;
- ходьба на месте и с продвижением с носка;
- легкий бег на месте и с продвижением с носка;
- Деми плие (полуприседание) по I, II, III позициям.
- Батман тандю (вытягивание ноги на поклон вперед, в сторону из I позиции);
- подъем на полупальцы (релеве по I позиции).

3. Элементы народного и историко-бытового танцев (4 часа)

- положение рук в общем круге (за руки);
- подъем и опускание рук при сужении и расширении круга;
- положение рук в паре: держась за одну руку, за обе руки;
- шаги: с каблука, на полупальцах, переменный;
- притопы: одинарные, двойные, тройные;
- хлопки: одинарные, двойные, тройные (перед собой, скользящие);
- боковые приставные шаги по I, II, III позиции (с деми плие и без деми плие);
- подскоки на одной ноге попеременно (правой, левой);
- прыжки на двух ногах по IV позиции;
- основные ходы и шаги танцев, включенных в программу 2 класса.

4. Танцы, хороводы, музыкальные игры (38 часов)

- «Полька», «Давай дружить!» муз. М. Глинки;
- «Топ и хлоп»;
- ритмическая разминка «Колобок»;
- историко-бытовой танец «Па де грас» (музыкальный размер 2/4);
- «Как на тоненький ледок» (р.н.п. с инсценировкой), обработка А. Иорданского;

- «Танец маленьких утр» (французская песня - игра);
- «Пингвины» (массовый танец) муз. С. Боно;
- музыкальная игра «Узнай свою музыку»;
- «Во саду ли в огороде» (танцевальная композиция на тему песни);
- музыкальная игра «Внимание, музыка!»;
- «Попрыгущки» муз. В. Локтева.

^

Личностные результаты учащихся 1 класса:

- умение общаться в танце с партнером, слаженно исполнять танцевальные композиции в коллективе.
- эмоциональное восприятие музыкального произведения, определение основного настроения и характера;
- положительное отношение к предмету ритмики, желание передавать содержание музыки в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;
- выразительное исполнение музыкально-ритмических композиций в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;

Метапредметные результаты учащихся первого класса:

- принимать учебную задачу;
- понимать позицию слушателя при восприятии музыкальных образов, характерных особенностей танцев;
- осуществлять первоначальный контроль своего участия в интересных для него видах музыкально-ритмической деятельности;
- принимать музыкально-исполнительскую задачу и инструкцию учителя;
- принимать позицию исполнителя музыкально-ритмических упражнений, композиций, танцев;
- воспринимать музыкальное произведение и мнение других людей о музыке;
- учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия музыки;
- принимать участие в коллективной музыкально-ритмической деятельности, учиться общаться в паре с партнером;

Предметные результаты учащихся первого класса:

- определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты: характер музыки (веселый, грустный), динамические оттенки (тихо, громко);
- иметь понятие о куплетной форме (вступление, запев, припев);
- знать и уметь различать музыку и танцевальные жанры: марш, песня, танец - вальс, полька;
- уметь строиться в колонну по одному, по два, в шеренгу, в круг;
- уметь выполнять движения: полуприседание, шаг с носка, одинарные, двойные, тройные притопы с хлопками, боковые, приставные шаги, переменные подскоки;
- уметь выполнять имитирующие движения;
- иметь представление о характере, выразительности исполняемых танцев;
- знать элементарные правила общения в паре.

2 класс (68 часов)

Закрепление знаний и умений, навыков, полученных во 1 классе. Продолжение работы по всем разделам программы на более высоком уровне и на новом музыкальном материале.

Знакомство с простейшими понятиями народных, классических танцев. Дальнейшее развитие музыкальных, танцевальных и художественно-творческих способностей учащихся. Разучивание элементов танцев.

1. Ритмика (12 часов)

Элементы музыкальной грамоты.

Определение и передача в движении:

- характера музыки (спокойный, торжественный), темп (умеренный);
- метроритма длительности (половинной, целой);
- музыкального размера (2/4, 3/4);
- сильных, слабых долей.

Музыкальный материал:

- характер музыки, темп, динамика («Вальс» муз. Р.Глиэра, «Вариации» муз. л. Бетховена, «Сицилийская песня» муз. Р. Шумана);
- строение музыкального произведения («Экосез» муз. Ф. Шуберта, «Пойду ль я, выйду ль я» русская народная песня); I
- метроритм, ритмический рисунок, длительности («Песенка без слов» муз. П. Чайковского, «Игра в мяч» Н. Александрова).

Упражнения для развития ориентации в пространстве:

- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу;
- построение из круга в одну шеренгу, две, четыре шеренги и обратное перестроение на месте, в продвижении.

Упражнение для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц:

- разведение рук в стороны с напряжением («растягивание резинки»);
- напряжение и расслабление плеч, корпуса;
- напряжение и расслабление мышц шеи (поклоны головы).

Элементы партерной гимнастики

Упражнения для развития художественно-творческих способностей:

«Веселые барабанщики», «Конники», «Неуклюжий медведь», «Цирковые лошадки», «Кружатся и падают снежинки», «Канатоходцы». Движение в образах любимых героев мультфильмов («Чебурашка», «Бура-тино», «Вини-Пух» и т.д.).

1. Элементы классического танца (4 часа)

- переводы рук из подготовительного положения в I, II позицию и обратно;
- полуприседание (деми плие) по I, II, III позициям в сочетании с подъемом на полупальцы (релеве);
- вытягивание ноги на носок (батман тандю) вперед, в сторону, по точкам из I позиции и обратно;
- маленькие броски (батман жете) вперед, в сторону из I позиции;
- крут ногой по полу (ронд де жамб партер) по точкам из I позиции;
- поднимание ноги (батман релеве лян) вперед, в сторону на 25 градусов из I позиции;
- подъем на пол\ пальцы (релеве) по I, II, III позициям:

- прыжки (сотэ) по VI позиции;
- перегибы корпуса (вперед - назад, вправо - влево).

2. Элементы народного и историко-бытового танцев (16 часов)

- вытягивание ноги на носок вперед, в сторону с переводом на каблук и опять на носок;
- подготовка к «веревочке»;
- попеременный вынос ног вперед на носок («ножницы»);
- на балансе;
- «ковырялочка», «ковырялочка с притопом», шаг с полуприседанием на одной ноге, прямой галоп;
- элементы основных ходов и шагов танцев, входящих в программу;
- элементы танцев, включенных в программу 3 класса.

3. Танцы у хороводы, музыкальные игры (36 часов)

- «А мы просо сеяли» (русская народная песня);
- «Камаринская» (танец - композиция) муз. П. Чайковского;
- «Летка - енка» (финский танец);
- «Гопак» (украинский народный танец);
- историко-бытовой танец: «Крестьянский бранль» (музыкальный раз- I мер 2/4), «Фарандола» (музыкальный размер 3/4);
- музыкальная игра «Повтори за мной!»;
- «Новогодняя хороводная» (исполнение новогоднего хоровода);
- «Мы - моряки» (танец-игра) муз. Р. Глиэра из балета «Красный мак»;
- «Парная пляска» карельская народная мелодия, обработка Е. Туманян.

Личностные результаты учащихся второго класса:

- развитие инициативы и самостоятельности в выполнении творческих заданий по созданию музыкальных этюдов на основе сформированных движений.

- формирование музыкальной культуры, активизации музыкального восприятия, мышления, воображения и других психических процессов;

- формирование ощущения свободы движений в передаче музыкально-образного содержания и характерных особенностей музыки.

3. Метапредметные результаты учащихся 2 класса:

- видеть ошибки при выполнении учебных задач;
- расширять свои представления о музыке и средствах музыкальной выразительности, теоретических знаниях;
- пространственные ориентации в способах решения исполнительской задачи;
- осуществлять поиск дополнительной информации о танцах, эпохе и т.д.
- слышать ритмические особенности, темп, форму произведения;
- использовать простые речевые средства для передачи своего впечатления от музыки;
- учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия музыки;
- принимать участие в коллективных импровизациях, инсценировках;
- контролировать свои действия в коллективной работе и понимать важность их правильного выполнения (от каждого в группе зависит общий результат).
- выражать свое мнение о музыке и танцах в процессе работы над исполнением музыкально-ритмических движений.

Предметные результаты учащихся 2 класса:

- определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты: характер музыки (спокойный, торжественный), темп (умеренный);
- выполнять подражательные движения, а также движения, передающие характер героев мультфильмов;
- перестраиваться из круга в шеренгу, 2 шеренги, 4 шеренги и обратно, на месте и в продвижении;
- выполнять все изученные движения;
- выразительно исполнять программные танцы.

3 класс (68 часов)

Закрепление знаний, умений и навыков, полученных во 2 и в 3 классах. Продолжение работы по развитию музыкальных, танцевальных, художественно-творческих способностей учащихся. Ознакомление с характером и манерой исполнения массовых историко-бытовых танцев разных народов. Разучивание элементов танцев, входящих в программу.

1. Ритмика (12 часов)

Элементы музыкальной грамоты:

- определение и передача в движении структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза).

Музыкальный материал:

- «Марш» муз. Б. Годара;
- «Неаполитанский танец» муз. П. Чайковского;
- метроритм, ритмический рисунок, длительности («Марш» муз. Ф. Шуберта; латышская народная мелодия).

Упражнения для развития ориентации в пространстве

- перестроение группы из круга в квадрат;
- перестроение из круга в рассыпную и опять в круг; «воротца», «звездочка», «карусель»;
- построение двух концентрических кругов;
- «змейка» продольная, поперечная;
- перестроение из шеренги в «звездочку», движение в колонне по одному из углов по диагонали с переходом в центре через одного;
- перестроение в парах: обход одним партнером другого и одной пары другой.

Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц

- повторение упражнений 2 и 3 классов с увеличением темпа исполнения и количества раз движений.

Элементы партерной гимнастики

Упражнения для развития художественно-творческих способностей

- «Холодно-жарко»;

- «Яркое солнце»;
- «Трусливый заяц»;
- «Хитрая лиса»;
- ритмическая игра «Эхо»;
- ритмическая игра «Вопрос-ответ»;
- танцевальные импровизации.

2. Элементы классического танца (6 часов)

- деми плие по I. II. III позициям;
- батман тандю назад, багман тандю крестом по I позиции;
- ронд де жамб пар гер ап деор и ан делан;
- батман релеве ляп из I позиции на 25 градусов крестом;
- прыжки (сотэ) по VI позиции;
- упражнение для рук: I, II пор де бра.

3. Элементы народного и историко-бытового танца (8 часов)

- поклон в характере народно-сценического танца;
- положение рук в паре «лодочкой», «корзиночкой»;
- боковые приставные шаги по III позиции;
- припадание, дробный шаг;
- шаг польки;
- «гармошка»;
- основные шаги и ходы танцев, включенных в программу.

4. Танцы, хороводы, музыкальные игры (34 часа)

- «Полька - минутка» (танец) муз. С. Рахманинова;

- «Сиртаки» (греческий танец), муз. М. Теодоракиса;
- «Ритмическая эстафета» (музыкальная игра);
- историко-бытовой танец: «Полонез» (музыкальный размер 3/4);
- «Вставала ранёшенько, ходила младёшенька...» (русская народная песня - хоровод);
- ритмическая разминка на попури из народных песен;
- различные упражнения-игры на развитие ритма, слуха, музыкальности.

Личностные результаты учащихся 3 класса:

- первоначальной ориентации на оценку результатов коллективной музыкально-ритмической деятельности.
- эмоциональная отзывчивость на доступные и близкие ребенку по настроению музыкальные произведения; умение исполнять музыкально-ритмические композиции в различных стилях: народном, классическом, стилизованно-народном.
- умение подбирать манеру, пластику, жесты, элементы этикета для исполнения танцев в соответствии с эпохой создания музыкального произведения.
- развитие у детей пространственного мышления и пространственного воображения в творческих заданиях по созданию танцевальных композиций, творческих этюдов, игр.
- интерес к различным видам музыкально-ритмической и творческой деятельности;
- первоначальные представления о художественно-эстетическом, образном, нравственном содержании музыкально-ритмических композиций и танцев;
- выражение в музыкально-ритмическом исполнительстве (в том числе импровизациях) своих чувств и настроений; понимание настроения других людей.

Метапредметные результаты учащихся 3 класса:

- планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, различая способ и результат собственных действий;
- видеть ошибки при выполнении учебных задач и осуждать способы их исправления;
- выполнять музыкально-ритмические движения в опоре на заданный учителем или сверстниками ориентир;

- осуществлять контроль и самооценку своего участия в разных видах музыкально-ритмической деятельности.
- понимать смысл предложенных конструктивных и творческих заданий в музыкально-ритмической деятельности;
- обобщать учебный материал;
- выразительно двигаться под музыку, передавая средства музыкальной выразительности, форму произведения в движении;

Предметные результаты учащихся 3 класса:

- определять и передавать в движении структуру музыкального произведения (период, предложение, фразу);
- перестраиваться из круга в квадрат и обратно, из круга в рассыпную и обратно, ориентироваться в пространстве;
- исполнять реверанс для девочек, поклон для мальчиков, положение рук в паре, танцевальные движения;
- импровизировать движения на заданную тему;
- иметь представление о характере и манере исполнения массовых и историко-бытовых танцев;
- уметь выполнять танцевально-тренировочные упражнения, включенные в программу.

4 класс (68 часов)

Закрепление навыков, знаний и умений, полученных во 1,2,3 классах. Дальнейшее развитие танцевальных, музыкальных. Художественных творческих способностей. Продолжение работы по разучиванию массовых танцев разных народов, знакомство детей с историко-бытовыми танцами.

1. Ритмика (12 часов)

Элементы музыкальной грамоты

- определение и передача в движении музыкального размера 4/4, тактирование четырёхдольного размера, репризы. |

Музыкальный материал:

- характер музыки, темп, динамика (« Марш» из балета «Щелкунчик» муз. П. Чайковского; « Маленькая пьеса» муз. А. Лядова);
- строение музыкального произведения (« Марш» муз. С. Прокофьева, « Игра» муз. Н. Любарского);
- метроритм, ритмический рисунок длительности (« Контрданс» муз. А. Рубинштейна, «Хор работниц» из оперы «Кармен»

муз. Ж. Бизе).

Упражнения для развития пространственной ориентации

- построение двух концентрических кругов;
- «змейка» продольная и поперечная;
- перестроение из шеренги в «звездочку» по четыре, круг и обратно в шеренгу;
- движение в колонне по одному из углов по диагонали с переходом в центре через одного. |

Упражнения для развития «мышечного чувства» упражнения используются в соответствии и в сочетании с танцевальными движениями.

Элементы партерной гимнастики

Упражнения для развития художественно-творческих способностей

танцевальные импровизации под музыку, выбранную учителем («яркое солнце», «под дождем», «хитрая лиса», «трусливый заяц», «грустный шарманщик»).

2. Элементы классического танца (6 часа)

- деми-плие по 1,11,111 позициям;
- батман тандю крестом по 1,11 позициям;
- ронд де жамб пар тер из I позиции вперед, в сторону, назад и обратно:
- батман релеве леве (поднимание ноги) из I, III позиции на 25 градусов крестом:
- прыжки (сотэ) по 1,11,III,IV позициям:
- I, II, III позиции рук.

3. Элементы народных и историко-бытовых танцев (12 часов)

- батман тандю с де.ми плие по I, II, III позициям;
- «гармошка»:
- переменный дробный шаг;

- поочередное раскрытие и закрытие рук в положении «на пояс» с одновременным подниманием и опусканием на ногах и - пристукиванием; положение рук в историко-бытовом танце; постановка корпуса в историко-бытовом танце; I положение - корпуса и рук в паре.

4. Танцы, хороводы, музыкальные игры (38 часов)

Историко-бытовой танец: «Полька» (музыкальный размер 2/4); народный танец: «Арагонская хота» муз. М Глинки; «Пойду ль я, выду ль я» русская народная мелодия; «Заданная поза» (музыкальная игра); элементы историко-бытовых танцев: «Менуэт», «Гавот», танцы в ритме вальса или лендлера, построенные на вальсовой дорожке и разнообразном рисунке.

Личностные результаты учащихся 4 класса:

- способности видеть в людях лучшие качества;
- способности реализовывать собственный творческий потенциал, применяя знания и представления о музыке.
- эмоциональная отзывчивость на музыку, осознание содержания музыкальных произведений, его драматургии;
- эстетические и ценностно-смысловые ориентации учащихся, создающие основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма;
- умения и навыки в выполнении задач на пространственные ориентировки в творческих заданиях, составлении танцевальных композиций.
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу, устойчивая мотивация к различным видам музыкально-ритмической деятельности;
- навыки оценки и самооценки результатов музыкально-ритмической деятельности.

Метапредметные результаты учащихся четвертого класса:

- понимать смысл исполнительских и творческих заданий, вносить в них свои коррективы;
- планировать свои действия в соответствии с поставленными художественно-исполнительскими и учебными задачами;
- различать способ и результат собственных и коллективных действий;
- строить свои рассуждения о характере, жанре, средствах художественно-музыкальной выразительности.
- выразительно исполнять музыкально-ритмические движения, воспринимать их как средство общения между людьми;

- контролировать свои музыкально-ритмические движения в коллективной работе (импровизациях, инсценировках), соотносить их с действиями других участников и понимать важность совместной работы.

Предметные результаты учащихся 4 классов:

- определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты: четырехдольный музыкальный размер, репризу;
- ориентироваться в пространстве: строиться в два концентрических круга, выполнять движение «змейкой», - перестраиваться из шеренги в «звездочку» и обратно;
- выполнять танцевальные движения, включенные в программу 4 класса;
- выразительно исполнять танцы, включенные в программу; иметь представления о характере и манере исполнения историко-бытовых танцев;
- уметь исполнять импровизации на заданную музыкальную тему.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 класс

№ Урока	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся/ технологии, методы, приемы	Коррекционно-развивающие задачи	Прочее
Урок 1	Ритмика 8ч. Элементы музыкальной грамоты.	1	Выполняют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 2	Определение и передача в движении темпа, характера музыки.	1	Выполняют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку.	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 3	Определение и передача в движении динамических оттенков (тихо, громко)	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку	Развитие чувства ритма.	
Урок 4	Упражнения для развития ориентации в	1	Выполняют упражнения на развития ориентации в пространстве.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	

	пространстве.				
Урок 5	Сужение и расширение круга.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 6	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку	Коррекция осанки	
Урок 7	Упражнения для развития творческих способностей.	1	Слушают музыку, передают образы, наблюдают, ощущают.	Упражнения на внимание	
Урок 8	Элементы партерной гимнастики.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре.	Коррекция осанки.	
Урок 9	Элементы классического танца бч. Поклон. Положение рук: подготовительное, на поясе.	1	Исполняют музыкально основные движения	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 10	Постановка корпуса и головы. Позиции рук 1,2,3.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие координации движений	
Урок 11	Повороты и наклоны головы. Повороты корпуса вправо, влево.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Коррекция осанки.	
Урок 12	Позиции ног 1,2,3,4. Подъём на полупальцы (релеве по 1 позиции)	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие координации движений	
Урок 13	Ходьба на месте и с продвижением с носка. Лёгкий бег на месте и с продвижением с носка.	1	Выполняют ходьбу на месте с продвижением с носка, лёгкий бег на месте и с продвижением. Контролируют правильность выполнения упражнений.	Развитие координации движений	
Урок 14	Деми плие (полу-приседание) по 1,2,3 позициям. Батман тандю.	1	Выполняют деми плие (полу-приседание) по 1,2,3 позициям. Батман тандю. Контролируют правильность выполнения упражнений.	Развитие координации движений	
Урок	Танцы, хороводы,	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие слухового внимания.	

15	музыкальные игры. бч.Ритмическая разминка «Колобок»		ритмической разминки.		
Урок 16	Ритмическая разминка «Колобок»	1	Исполняют музыкально основные движения ритмической разминки.	Развитие слухового внимания.	
Урок 17	Ритмическая разминка «Колобок»	1	Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 18	Музыкальная игра «Узнай свою музыку»	1	Выполняют игровые действия под музыку.	Развитие слухового внимания.	
Урок 19	Музыкальная игра «Узнай свою музыку»	1	Выполняют игровые действия под музыку.	Развитие слухового внимания.	
Урок 20	Музыкальная игра «Узнай свою музыку»	1	Выполняют игровые действия под музыку.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 21	Элементы народного и историко-бытовых танцев. 8ч. Положение рук в круге.	1	Прослушивание народной музыки. Знакомство с основными элементами танца.	Развитие координации движений	
Урок 22	Подъем и опускание рук при сужении и расширении круга.	1	Выполняют основной народный шаг, Подъем и опускание рук при сужении и расширении круга.	Коррекция осанки.	
Урок 23	Положение рук в паре.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации.	
Урок 24	Шаги: с каблука, на полупальцах, переменный.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие внимания.	
Урок 25	Хлопки: одинарные, двойные, тройные.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку. Взаимодействуют с партнером.	Развитие координации движений	
Урок 26	Притопы: одинарные, двойные, тройные.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное	Коррекция осанки.	

			движение под музыку. Взаимодействуют с партнером.		
Урок 27	Подскоки.	1	Самостоятельно определяют направления движения по словесной инструкции учителя или по звуковому сигналу.	Развитие зрительно-моторной координации;	
Урок 28	Боковые приставные шаги по 1, 2, 3 позициям.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку. Взаимодействуют с партнером.	Развитие внимания.	
Урок 29	Танцы, хороводы, музыкальные игры 16ч. «Полька». Знакомство с танцем.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 30	«Полька». Основной шаг.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие зрительно-моторной координации;	
Урок 31	«Полька». Основные движения танца.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие координации движений	
Урок 32	«Полька». Работа с партнёром.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие чувства ритма	
Урок 33	«Полька». Работа с партнёром.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие чувства ритма	
Урок 34	«Танец маленьких утят». Знакомство с танцем.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие чувства ритма.	

Урок 35	«Танец маленьких утят». Разучивание движений куплета.	1	Планируют и контролируют свои действия.	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 36	«Танец маленьких утят». Разучивание движений припева.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 37	«Танец маленьких утят». Взаимодействие с партнёром.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры. Взаимодействуют с партнёром.	Коррекция осанки.	
Урок 38	«Танец маленьких утят». Взаимодействие с партнёром.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры. Взаимодействуют с партнёром.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 39	Музыкальная игра.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения	
Урок 40	«Топ и хлоп». Знакомство с танцем.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие координации движений	
Урок 41	«Топ и хлоп». Разучивание основных движений.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 42	«Топ и хлоп». Разучивание основных ходов танца.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие слухового внимания.	
Урок 43	«Топ и хлоп». Взаимодействие с партнёром.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие памяти и внимания.	
Урок 44	«Топ и хлоп». Взаимодействие с партнёром.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры. Взаимодействуют с партнёром.	Развитие навыков сотрудничества	

Урок 45	Ритмика Определение и передача в движении куплетной формы (вступление, запев, припев).	8ч. 1	Выполняют движения по одному, в паре, в круге. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие координации движений	
Урок 46	Построение в колонну по одному, по два в движении, на месте.	1	Выполняют построения в колонну по одному, по два, в движении и на месте.	Коррекция осанки. Упражнения на внимание.	
Урок 47	Построение в шеренгу, в круг.	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Развитие внимания	
Урок 48	Напряжение и расслабление мышц рук.	1	Выполняют упражнения на напряжение и расслабление мышц рук.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 49	Творческие упражнения: «Плывём на лодке», «Сажаем картошку».	1	Применяют танцевальные движения в творческом задании.	Развитие пространственной ориентации движений и фантазийно-образного мышления.	
Урок 50	Упражнения партерной гимнастики, сидя на полу.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Коррекция осанки.	
Урок 51	Упражнения партерной гимнастики, лёжа на спине.	1	Выполняют упражнения партерной гимнастики, лёжа на спине.	Коррекция осанки.	
Урок 52	Музыкальная игра.	1	Активно участвуют в играх под музыку.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 53	Танцы, хороводы, музыкальные игры 16ч. Танец «Давай дружить!» Знакомство с танцем.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Развитие координации движений	
Урок 54	Танец «Давай дружить!» Разучивание движений куплета.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное	Развитие пространственной ориентации движений.	

			движение под музыку. Взаимодействуют с партнером.		
Урок 55	Танец «Давай дружить!» Разучивание движений припева.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Развитие слухового внимания	
Урок 56	Танец «Давай дружить!» Разучивание основных ходов танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют свободное движение под музыку.	Коррекция осанки.	
Урок 57	Танец «Давай дружить!» Взаимодействуют с партнёром.	1	Выполняют движения по одному, в паре, в круге. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие памяти и внимания.	
Урок 58	Музыкальная игра «Внимание музыка»»	1	Выполняют игровые действия. Подготавливают площадку для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 59	Танец «Попрыгушки». Знакомство с танцем.	1	Исполняют музыкально основные движения.	Развитие слухового внимания.	
Урок 60	Танец «Попрыгушки». Основные движений танца.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 61	Танец «Попрыгушки». Основные ходы танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Коррекция осанки.	
Урок 62	Танец «Попрыгушки». Взаимодействуют с партнёром.	1	Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку. Взаимодействуют с партнером.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 63	Танец «Попрыгушки». Взаимодействуют с	1	Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное	Развитие памяти и внимания.	

	партнёром.		движение под музыку. Взаимодействуют с партнёром.		
Урок 64	Танец «Во саду ли в огороде». Знакомство с танцем.	1	Исполняют музыкально основные движения.	Развитие координации движений	
Урок 65	Танец «Во саду ли в огороде». Основные движения танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 66	Танец «Во саду ли в огороде». Основные движения танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Развитие слухового внимания.	
Урок 67	Танец «Во саду ли в огороде». Основные ходы танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку. Взаимодействуют с партнером.	Коррекция осанки.	
Урок 68	Танец «Во саду ли в огороде»	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие памяти и внимания.	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 класс

№ Урока	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся/ технологии, методы, приемы	Коррекционно-развивающие задачи и/или характеристика деятельности учащихся с ОВЗ	Прочее (интергация , д/з и др.)
Урок 1	Ритмика 12ч. Элементы музыкальной грамоты.	1	Выполняют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	

Урок 2	Определение и передача характера и темпа музыки.	1	Исполняют музыкально основные вижения. Определяют характер и темп музыки.	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 3	Определение и передача сильных и слабых долей.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику.	Развитие чувства ритма.	
Урок 4	Определение и передача в движении музыкального размера (2/4,3/4)	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку.	Развитие чувства ритма.	
Урок 5	Движения в образах любимых героев мультфильмов.	1	Выполняют творческое задание, отображают характер героев, манеры, настроение через движения.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 6	Движения в образах любимых героев мультфильмов.	1	Выполняют творческое задание, отображают характер героев, манеры, настроение через движения.	Развитие образного мышления и художественного воображения.	
Урок 7	Упражнения для развития мышечного чувства и отдельных групп мышц.	1	Выполняют упражнения для развития мышечного чувства и отдельных групп мышц.	Коррекция осанки	
Урок 8	Элементы партерной гимнастики.	1	Выполняют упражнения партерной гимнастики. Контролируют правильность выполнения упражнений.	Коррекция осанки	
Урок 9	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	1	Выполняют упражнения на развитие ориентации в пространстве. Контролируют правильность выполнения упражнений.	Упражнения на координацию	
Урок 10	Творческие задания: «Весёлые барабанчики», «Конники».	1	Выполняют творческое задание, отображают характер героев, манеры, настроение через движения.	Развитие образного мышления и художественного воображения.	
Урок 11	Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну и шеренгу.	1	Слушают задание учителя, выполняют перестроения в колонну и шеренги.	Упражнения на внимание	
Урок	Построение из круга в	1	Планируют и контролируют свои Действия.	Развитие ориентации в	

12	одну шеренгу, две, четыре шеренги.		Выполняют перестроение из круга в одну шеренгу, две, четыре шеренги.	пространстве.	
Урок 13	Элементы классического танца 4ч. Переводы рук из подготовительного положения в 1, 2 позицию и обратно.	1	Исполняют музыкально основные движения. Контролируют правильность выполнения движения.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 14	Полуприседание (демпие) по 1, 2, 3 позициям.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритmicности и чувственности, на пластику и растяжку	Коррекция осанки.	
Урок 15	Батман тандю вперёд, в сторону, по точкам из 1 позиции и обратно.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие зрительно-моторной координации;	
Урок 16	Броски вперёд, в сторону из 1 позиции.	1	Исполняют основные элементы народного танца.	Развитие координации движений	
Урок 17	Элементы народного и историко-бытового танцев 16ч. Вытягивание ноги на носок вперёд, в сторону, с переводом на каблук.	1	Исполняют основные элементы народного танца.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 18	Подготовка к «верёвочке».	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие координации движений	
Урок 19	Попеременный вынос ног вперёд на носок.	1	Исполняют основные элементы народного танца.	Коррекция осанки.	
Урок 20	Балансе.	1	Исполняют основные элементы народного танца.	Коррекция осанки.	
Урок 21	«Ковырялочка».	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие внимания.	
Урок 22	«Ковырялочка с притопом».	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритmicности и чувственности, на пластику и растяжку	Развитие координации движений	
Урок	Шаг с	1	Исполняют музыкально основные	Развитие памяти и внимания.	

23	полуприседанием на одной ноге.		движения. Контролируют правильность выполнения упражнения.		
Урок 24	Прямой галоп.	1	Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие чувства ритма	
Урок 25	Элементы основных ходов о шагов русского танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 26	Элементы основных ходов и шагов русского танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Контролируют правильность выполнения упражнения.	Развитие чувства ритма	
Урок 27	Элементы основных ходов о шагов белорусского танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие памяти и внимания.	
Урок 28	Элементы украинского танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развития внимания и чувства ритма.	
Урок 29	Элементы украинского танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развития внимания и чувства ритма.	
Урок 30	Партерная гимнастика.	1	Выполняют упражнения сидя на полу, лёжа на спине и животе. Контролируют правильность выполнения упражнений.	Коррекция осанки.	
Урок 31	Музыкальная игра.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы.	Развитие образного мышления и художественного воображения.	
Урок 32	Элементы основных ходов и шагов бурятского танца.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие чувства ритма	
Урок 33	Танцы, хороводы, музыкальные игры 36ч. «Новогодняя хороводная». Знакомство с танцем.	1	Исполняют музыкально основные движения.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 34	«Новогодняя хороводная». Основные	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной	

	движения.		чувственности.	координации;	
Урок 35	«Новогодняя хороводная». Основные движения.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности.	Развитие внимания.	
Урок 36	«Новогодняя хороводная». Основные ходы.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 37	«Новогодняя хороводная». Работа в паре.	1	Исполняют музыкально основные движения. Взаимодействие с партнёром.	Развитие зрительно-моторной координации	
Урок 38	«Летка-енка» (Финский танец)	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности.	Развитие координации движений	
Урок 39	«Летка-енка». Основные движения.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие чувства ритма	
Урок 40	«Летка-енка». Ходы танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие чувства ритма.	
Урок 41	«Летка-енка». Ходы танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Коррекция осанки.	
Урок 42	«Летка-енка». Взаимодействие с партнёром.	1	Исполняют музыкально основные движения. Взаимодействие с партнёром.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 43	«Парная пляска». Знакомство с танцем.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности.	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения	
Урок 44	«Парная пляска». Основные шаги.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие координации движений	
Урок 45	«Парная пляска». Основные ходы.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 46	«Парная пляска». Взаимодействие с партнёром.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций. Взаимодействие с партнёром.	Развитие координации движений	
Урок	«Парная пляска».	1	Освоение поз эстрадного танца	Коррекция осанки.	

47	Взаимодействие с партнёром.		Взаимодействие с партнёром.		
Урок 48	Музыкальная игра «Повтори за мной!»	1	Освоение поз эстрадного танца	Развитие внимания	
Урок 49	Музыкальная игра	1	Активно участвуют в музыкальной игре	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 50	Танец-игра «Мы моряки!»	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности.	Развитие образного мышления и художественного воображения.	
Урок 51	Танец-игра «Мы моряки!»	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности.	Развитие образного мышления и художественного воображения.	
Урок 52	«Гопак» (украинский народный танец)	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 53	«Гопак». Знакомство с танцем.	1	Прослушивают музыку. Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие чувства ритма	
Урок 54	«Гопак». Основные шаги и движения.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 55	«Гопак». Ходы и переходы танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие памяти и внимания.	
Урок 56	«Гопак». Ходы и переходы танца.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 57	«Гопак». Взаимодействие с партнёром.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 58	«Камаринская» (танец композиция)	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 59	«Камаринская» (танец композиция)	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие чувства ритма	

Урок 60	«Камаринская» (танец композиция). Основные движения.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие памяти и внимания.	
Урок 61	«Камаринская» (танец композиция). Основные ходы.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 62	«Камаринская» (танец композиция). Взаимодействие с партнёром.	1	Исполняют танец взаимодействуя с партнёром.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 63	Подражательные движения героев мультфильмов.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности.	Развитие образного мышления и художественного воображения.	
Урок 64	Подражательные движения героев мультфильмов.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности.	Развитие образного мышления и художественного воображения.	
Урок 65	Партерная гимнастика.	1	Выполняют упражнения сидя на полу, лёжа на спине и животе. Контролируют правильность выполнения упражнений.	Коррекция осанки.	
Урок 66	Элементы танцевально-игрового эстрадного танца	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 67	Элементы эстрадного танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 68	Элементы эстрадного танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие чувства ритма	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 класс

№ Урока	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся/ технологии, методы, приемы	Коррекционно-развивающие задачи и/или характеристика деятельности учащихся с ОВЗ	Прочее
---------	------------	--------------	--	--	--------

Урок 1	Ритмика 12ч. Элементы музыкальной грамоты.	1	Выполняют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 2	Определение и передача в движении структуры музыкального произведения (период, фраза)	1	Исполняют музыкально основные движения. Определяют структуру музыкального произведения.	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 3	Метроритм.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку. Простукивают метроритм.	Развитие чувства ритма.	
Урок 4	Ритмический рисунок. Длительности.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности. Определяют длительности.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 5	Перестроение группы из круга в квадрат.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности. Выполняют перестроения из круга в квадрат.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 6	Построение двух концентрических кругов.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности. Выполняют построение двух концентрических кругов.	Коррекция осанки	
Урок 7	«Змейка продольная, поперечная».	1	Исполняют музыкально основные движения. Выполняют «Змейку продольную, поперечную».	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 8	Перестроение из шеренги в «звёздочку», движение из углов в диагонали.	1	Исполняют музыкально основные движения. Выполняют перестроение из шеренги в «звёздочку», движение из углов в диагонали.	Упражнения на развитие ориентации в пространстве.	
Урок 9	Перестроение в парах.	1	Исполняют музыкально основные движения. Выполняют перестроение в парах.	Упражнения на внимание	
Урок	Упражнения	1	Самостоятельно проводят разминку.	Развитие образного мышления и	

10	«Холодно-жарко», «Яркое солнце».		Выполняют упражнения для развития художественно-творческих способностей.	художественного воображения.	
Урок 11	Элементы партерной гимнастики.	1	Выполняют ритмическую разминку и элементы партерной гимнастики: упражнения сидя на полу, лёжа на животе и лёжа на спине.	Коррекция осанки.	
Урок 12	Упражнения для развития отдельных групп мышц с увеличением темпа.	1	Выполняют ритмическую разминку с увеличением темпа.	Коррекция осанки. Улучшение скоростных качеств.	
Урок 13	Элементы классического танца 6ч. Деми плие по 1,2,3 позициям.	1	Выполняют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 14	Батман тандю назад.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Коррекция осанки.	
Урок 15	Ронд де жамб пар тер ан деор и ан дедан.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 16	Батман релеве лян из 1 позиции.	1	Выполняют элементы классического танца. Контролируют правильность выполнения.	Развитие координации движений	
Урок 17	Прыжки (соте) по 6 позиции.	1	Выполняют элементы классического танца. Контролируют правильность выполнения.	Коррекция осанки.	
Урок 18	Упражнение для рук: 2 по де бра.	1	Выполняют элементы классического танца. Контролируют правильность выполнения.	Коррекция осанки.	
Урок 19	Элементы народного и историко-бытового танца 16ч. Поклон в характере народно-сценического танца.	1	Выполняют элементы народного танца. Контролируют правильность выполнения.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 20	Положение рук в паре «лодочкой».	1	Выполняют элементы народного танца.	Развитие координации движений	
Урок 21	Положение рук в паре «корзиночкой».	1	Выполняют элементы народного танца.	Коррекция осанки.	

Урок 22	Боковые приставные шаги по 3 позиции.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие чувства ритма	
Урок 23	Пропадания.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие внимания.	
Урок 24	Ритмическая игра «Эхо».	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие координации движений	
Урок 25	Дробный шаг.	1	Выполняют элементы народного танца.	Коррекция осанки.	
Урок 26	Шаг польки.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 27	«Гармошка».	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Упражнения на координацию.	
Урок 28	Танцевальные импровизации.	1	Выполняют танцевальную импровизацию.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 29	Основные шаги русского танца.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку	Развитие внимания.	
Урок 30	Основные шаги русского танца.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 31	Основные шаги испанского танца.	1	Исполняют музыкально основные движения.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 32	Основные ходы русского танца.	1	Исполняют музыкально основные движения.	Развитие внимания и памяти.	
Урок 33	Основные ходы испанского танца.	1	Исполняют музыкально основные движения.	Развитие внимания и памяти.	
Урок 34	Основные шаги и ходы танцев.	1	Исполняют музыкально основные движения.	Развитие пространственной ориентации движений.	
Урок 35	Танцы, хороводы, музыкальные игры. 34ч. «Полька-минутка». Знакомство	1	Исполняют музыкально основные движения. Разучивают шаги и движения польки.	Развитие пространственной ориентации движений.	

	с танцем.				
Урок 36	«Полька-минутка». Основные движения.	1	Разучивают шаги и движения польки.	Упражнения на внимание.	
Урок 37	«Полька-минутка». Основные движения.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 38	«Полька-минутка». Шаги танца.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности. Отрабатывают танец.	Развитие координации движений	
Урок 39	«Полька-минутка». Взаимодействие с партнёром.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти. Проверяют исполнение танцевальных движений друг у друга.	Развитие чувства ритма	
Урок 40	«Полька-минутка». Взаимодействие с партнёром.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций. Взаимодействуют с партнёром. Исполняют танец.	Развитие чувства ритма.	
Урок 41	«Сиртаки» (греческий танец). Знакомство с танцем.	1	Исполняют музыкально движения разминки движения. Разучивают основные фигуры танца «Сиртаки».	Коррекция осанки.	
Урок 42	«Сиртаки» (греческий танец). Основные движения.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 43	«Сиртаки» (греческий танец). Основные движения.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танца.	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения	
Урок 44	«Сиртаки» (греческий танец). Ходы танца.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие координации движений	
Урок 45	«Сиртаки» (греческий танец). Ходы танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку. Взаимодействуют с партнером.	Развитие навыков сотрудничества	

Урок 46	«Сиртаки» (греческий танец). Работа в пере.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе парной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие координации движений	
Урок 47	«Сиртаки» (греческий танец). Работа в группе.	1	Выполняют органичное и свободное движение под музыку. Взаимодействуют с партнером. Исполняют танец.	Коррекция осанки.	
Урок 48	«Ритмическая эстафета»	1	Подготавливают зал. Делятся на команды с помощью считалки. Взаимодействуют с партнером. Принимают активное участие.	Развитие внимания	
Урок 49	Историко-бытовой танец «Полонец». История танца.	1	Исполняют музыкально основные движения. Разучивают движения танца «Полонез».	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 50	Историко-бытовой танец «Полонец». Основные движения.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танца.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 51	Историко-бытовой танец «Полонец». Основные движения.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танца.	Развитие чувства ритма.	
Урок 52	Историко-бытовой танец «Полонец». Основные ходы.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танца.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 53	Историко-бытовой танец «Полонец». Основные ходы.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Коррекция осанки.	
Урок 54	Историко-бытовой танец «Полонец». Работа в паре.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций. Взаимодействуют с партнёром.	Развитие танцевальных способностей.	
Урок 55	Историко-бытовой танец «Полонец». Работа в группе.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие танцевальных и исполнительских способностей.	

Урок 56	Разминка на поппури из народных песен.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 57	Разминка на поппури из народных песен.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танцев.	Коррекция осанки.	
Урок 58	Разминка на поппури из народных песен.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 59	Хоровод - «Встала ранёшенько, ходила младёшенька. Постановка корпуса.	1	Самостоятельно проводят разминку. Разучивают движения танца - «Встала ранёшенько, ходила младёшенька.	Упражнения на внимание.	
Урок 60	Хоровод-«Встала ранёшенько, ходила младёшенька. Основные движения.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танца.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 61	Хоровод-«Встала ранёшенько, ходила младёшенька. Основные движения.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танца.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 62	Хоровод-«Встала ранёшенько, ходила младёшенька. Основные ходы.	1	Исполняют музыкально основные движения. Закрепляют движения танца.	Развитие внимания.	
Урок 63	Хоровод-«Встала ранёшенько, ходила младёшенька. Основные ходы.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие чувства ритма.	
Урок 64	Хоровод-«Встала ранёшенько, ходила младёшенька. Работа в группе.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 65	Хоровод-«Встала ранёшенько, ходила	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной	Развитие музыкальности в исполнении.	

	младёшенька..		работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.		
Урок 66	Упражнения-игры на развитие ритма.	1	Подготавливают зал. Активно участвуют в игре.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 67	Упражнения-игры на развитие музыкальности.	1	Подготавливают зал. Активно участвуют в игре.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 68	Поппури из народных танцев.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 класс

№ Урока	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся/ технологии, методы, приемы	Коррекционно-развивающие задачи	Прочее (интергация д/з и др.)
Урок 1	Ритмика12ч. Элементы музыкальной грамоты.	1	Исполняют музыкально основные движения	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 2	Определение и передача в движении темпа, характера музыки.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку.	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 3	Определение и передача в движении динамических оттенков (тихо, громко)	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку.	Развитие музыкальности, слуха.	

Урок 4	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	1	Выполняют упражнения на развитие ориентации в пространстве.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 5	Сужение и расширение круга.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 6	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц.	1	Применяют упражнения на развитие музыкальности, ритмичности и чувственности, на пластику и растяжку	Коррекция осанки	
Урок 7	Построение двух концентрических кругов.	1	Выполняют упражнения на координацию.	Упражнения на координацию.	
Урок 8	«Змейка» продольная и поперечная.	1	Самостоятельно проводят разминку. Выполняют «змейку» продольную и поперечную.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 9	Перестроение из шеренги в «звёздочку».	1	Самостоятельно проводят разминку. Выполняют перестроение из шеренги в «звёздочку».	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 10	Движение по диагонали с переходом.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движение по диагонали с переходом.	Развитие внимания.	
Урок 11	Упражнения сидя и лёжа на полу.	1	Выполняют упражнения сидя и лёжа на полу, контролируют правильность выполнения упражнений.	Коррекция осанки.	
Урок 12	Танцевальная импровизация.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 13	Элементы классического танца 6ч. Деми-плие по 1,2,3 позициям.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	

Урок 14	Батман тандю крестом по 1,2 позициям.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Коррекция осанки.	
Урок 15	Донд де жамб пар тер из 1 позиции.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 16	Батман релеве из 1,3 позиции.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие координации движений	
Урок 17	Прыжки (соте) по 1,2,3,4 позициям.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Коррекция осанки.	
Урок 18	1,2,3 позиции рук.	1	Планируют и контролируют свои действия. Выполняют движения в паре. Сравнивают ритмические рисунки.	Развитие координации движений	
Урок 19	Элементы народных историко-бытового танцев 16ч. Батман тандю с деми плие по 1 позиции.	1	Выполняют разминку с элементами народного танца.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 20	Батман тандю с деми плие по 3 позиции.	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие чувства ритма	
Урок 21	«Гармошка».	1	Слышат ритм, выполняют весь объем изученных танцевальных вариаций.	Развитие внимания.	
Урок 22	Переменный дробный шаг.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Развитие координации движений	
Урок 23	Переменный дробный шаг.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Коррекция осанки.	
Урок 24	Раскрытие и закрытие рук.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	

Урок 25	Поднимание и опускание на ногах с пристукиванием.	1	Исполняют музыкально основные движения. Распознают основные фигуры. Выполняют органичное и свободное движение под музыку.	Развитие внимания.	
Урок 26	Положение рук в историко-бытовом танце.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие музыкальности и чувства ритма.	
Урок 27	Постановка корпуса в историко – бытовом танце.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие мелких мышц руки, зрительно-моторной координации;	
Урок 28	Положение корпуса и рук в паре.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Развитие координации движений и навыков сотрудничества.	
Урок 29	Элементы партерной гимнастики.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности.	Коррекция осанки.	
Урок 30	Танцевальная импровизация.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы.	Развитие чувства ритма.	
Урок 31	Танцы, хороводы, музыкальные игры 38ч. «Пойду ль я, выду ль я». История русского танца.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 32	Русский народный танец «Пойду ль я, выду ль я». Основные движения куплета.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие навыков сотрудничества.	

Урок 33	«Пойду ль я, выду ль я». Основные движения припева.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения.	
Урок 34	«Пойду ль я, выду ль я». Работа в паре.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры. Взаимодействуют с партнёром.	Развитие координации движений	
Урок 35	«Пойду ль я, выду ль я». Работа в группе.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие навыков сотрудничества.	
Урок 36	Музыкальная игра.	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Развитие навыков сотрудничества. Развитие координации движений.	
Урок 37	Танцевальный этюд.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Коррекция осанки.	
Урок 38	Танцевальный этюд.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие внимания.	
Урок 39	Историко-бытовой танец «Полька».	1	Разучивают движения танца.	Развитие навыков сотрудничества	
Урок 40	Историко-бытовой танец «Полька». Основные движения.	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Развитие чувства ритма.	
Урок 41	Историко-бытовой танец «Полька». Основные ходы.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 42	Историко-бытовой танец «Полька». Работа в паре.	1	Исполняют музыкально основные движения. Взаимодействуют с партнёром.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 43	Историко-бытовой танец «Полька». Работа в группе.	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 44	Народный танец «Арагонская хота». История возникновения.	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 45	Народный танец «Арагонская хота».	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения.	

	Основные шаги.				
Урок 46	Народный танец «Арагонская хота». Основные шаги.	1	Исполняют музыкально основные движения	Коррекция осанки.	
Урок 47	Народный танец «Арагонская хота». Ходы танца.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 48	Народный танец «Арагонская хота». Рисунки танца.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие чувства ритма.	
Урок 49	Народный танец «Арагонская хота».	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 50	Музыкальная игра «Заданная поза».	1	Подготавливают зал. Активно участвуют в игре.	Спланировать работу по формированию положительных межличностных отношений, уважительного отношения детей друг к другу.	
Урок 51	Элементы историко-бытового танца «Менуэт». История возникновения.	1	Разучивают движения танца.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 52	Элементы историко-бытового танца «Менуэт». Постановка корпуса.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения.	
Урок 53	Элементы историко-бытового танца «Менуэт». Основные шаги.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 54	Элементы историко-бытового танца «Менуэт». Основные ходы.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие чувства ритма.	
Урок 55	Элементы историко-бытового танца	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	

	«Менуэт». Движение по рисунку.				
Урок 56	Элементы историко-бытового танца «Гавот». История возникновения.	1	Разучивают движения танца.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 57	Элементы историко-бытового танца «Гавот». Основные шаги.	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Развитие общей и тонкой моторики, мимики и пантомимы.	
Урок 58	Элементы историко-бытового танца «Гавот». Основные шаги.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения.	
Урок 59	Элементы историко-бытового танца «Гавот». Ходы танца.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 60	Элементы историко-бытового танца «Гавот». Работа в паре.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры. Взаимодействуют с партнёром.	Развитие чувства ритма.	
Урок 61	Элементы историко-бытового танца «Гавот». Движение по рисунку.	1	Реализуют творческий потенциал в процессе коллективной и индивидуальной работы. Анализируют и позитивно оценивают свои танцевальные способности. Ориентируются на успех.	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 62	Вальсовая дорожка.	1	Разучивают основной шаг вальсовой дорожки.	Развитие чувства ритма.	
Урок 63	Танец в ритме вальса. Основной шаг.	1	Применяют упражнения на пластику и растяжку, развитие памяти.	Развитие чувства ритма.	
Урок 64	Танец в ритме вальса. Шаг с поворотом.	1	Исполняют музыкально основные движения	Развитие музыкальности, слуха.	
Урок 65	Танец в ритме вальса. Движение по квадрату.	1	Слышат ритм, правильно и технично выполняют весь объем выученных фигур	Упражнения для развития ориентации в пространстве.	
Урок 66	Танец в ритме вальса. Работа в паре.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры.	Развитие навыков самоконтроля, культуры поведения.	

			Взаимодействуют с партнёром.		
Урок 67	Танец в ритме вальса. Работа в паре.	1	Исполняют гармонично и музыкально выученные связки и фигуры. Взаимодействуют с партнёром.	Развитие музыкальности в исполнении.	
Урок 68	Музыкальная игра.	1	Подготавливают зал. Активно участвуют в игре.	Развитие навыков сотрудничества	

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Уроки ритмики и танца призваны научить каждого школьника красоте и выразительности движений, умению владеть своим телом, всем богатством языка пластики как одной из форм человеческого общения.

Занятия хореографическим искусством с учениками имеют некоторые педагогические особенности. Здесь следует учитывать, прежде всего, *недопустимость физических перегрузок*, которые могли бы отрицательно сказываться на еще неокрепшем организме ребенка. Поэтому наиболее целесообразный путь - *развитие и усложнение форм ритмической и танцевальной деятельности*. Используя их, педагог должен стремиться к закреплению навыков правильной осанки, элементов хореографической выразительности, художественному совершенствованию естественных движений. Кроме того, пластическими средствами отшлифовывается и *музыкальность* ребенка, ибо между слуховыми и двигательными способностями существует внутренняя взаимосвязь, а также его способность понимать внешнюю красоту, позы, жесты и движения вообще.

Повторяя на каждом занятии в разных вариантах сравнительно ограниченный комплекс упражнений, педагог получает возможность не только отшлифовывать эти упражнения в исполнении школьников, но и усложнять их благодаря последовательности и непрерывности ритмической и танцевальной тренировки.

Техника танца - это, прежде всего выучка, воспитание всего организма человека - мышц, психики, нервной системы, что невозможно без физической, систематически повторяющейся нагрузки. Проникновение во все «тайны» точной техники танца начинается с первых шагов обучения на основе строжайшего принципа - *от простого к сложному*. Поэтому приступать к изучению каждого последующего, более сложного движения можно только тогда, когда простое будет достаточно точно освоено и отработано учащимися. Необходимо крайне внимательно следить за тем, чтобы все элементы, из которых складывается новое движение, были тщательно подготовлены в своей первооснове. Изучать новое движение, указанное в программе, без предварительных «заготовок» - значит нарушать правильный рост точности исполнительской техники. В учебной работе надо твердо усвоить хореографическую и ритмическую основу изучаемых движений, затем музыкальность исполнений. Все упражнения ученик должен выполнять четко и

убедительно по своей форме, но с ясно выраженным чувством своего отношения к искусству танца и музыке.

РИТМИКА И ТАНЕЦ. РАЗВИТИЕ МУЗЫКАЛЬНОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ

Ученику не только необходимо уметь слушать музыку и проникать в ее содержание, но и любить ее, понимать, чувствовать, увлекаться ею. Поэтому и преподаватель, и его ученики должны уделять в своих занятиях особое внимание не только развитию ритмической и эмоционально-действенной связи музыки и танца. И, конечно, отлично осознавать, что *музыка* - это искусство, в котором идеи, чувства и переживания выражаются ритмически и интонационно организованными звуками; что в танце идеи, чувства и переживания выражаются тоже ритмически и интонационно средствами организованной пластики сценического движения, то есть при помощи хореографической композиции, позы; что *музыкальность* - это способность к музыке, тонкое понимание ее; что *танцевальность* - это способность к танцу и тоже тонкое понимание его; что *театральный танец* - это не просто компонент, зримо воссоздавший содержание музыки, ЭТО самостоятельный вид искусства, имеющий собственные средства выражения, с помощью которого раскрывается смысл сценического действия. Следовательно, в учебной работе надо подвести учащегося к тому, чтобы они стремились выполнять каждое задание не только технически грамотно и физически уверенно, но и творчески увлеченно, музыкально.

Музыкальность ученика складывается как бы из взаимосвязанных между собой исполнительских компонентов.

Первый компонент — это способность верно согласовывать свои действия с музыкальным ритмом.

Известно, что каждое музыкальное произведение имеет свой *ритм* средствами измерения и сознания которого является *метр* - строение музыкального такта, и *темп* - степень скорости исполнения и характер движения музыкального произведения, что каждое танцевальное произведение всегда строго следует ритму музыкального произведения, а это во многом определяет динамику развития и характер сценического действия.

Необходимо обращать внимание на то, чтобы музыкальный ритм воспринимался учащимися не как простой механически точный счет долей времени, а как выразительный компонент танца.

Второй компонент музыкальности - это умение учащихся сознательно и творчески - увлеченно воспринимать *тему* - *мелодию* художественно воплощая ее в танце. В искусстве танца подлинно живое воображение и эмоции могут возникать и

проявляться только в том случае, если исполнитель увлечен музыкальной темой, которая всегда оказывает огромное влияние на творческое состояние.

В основе всего курса обучению танцу, каждого урока, каждого отдельного музыкального задания, должно лежать осмысленное, живое восприятие музыки. Это есть непреложный закон хореографии, без которого она не может существовать. Музыка должна быть не только ритмической «опорой» движения, а и внутренним стимулом эмоциональной увлеченности, которая выражается вполне сознательно в живой, одухотворенной пластике танцевальной позы.

Общий характер музыки - дети учатся слушать музыку, воспринимать ее характер, отражать его в движениях и пластике. Желательно больше времени уделять музыкально-танцевальным импровизациям.

Темп - выполняются движения в различных темпах (подскоки, галоп, разные виды бега). Вырабатывается умение не только сохранять заданный темп, но и ускорять и замедлять его вместе с музыкой, а также сохранять заданный темп после временного прекращения музыки.

Динамические оттенки - выполняются движения с различной амплитудой, разной силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения.

Строение музыкальной речи – дети учатся чётко определять (не только на слух, но и вместе с движениями) вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы, акцентировать конец музыкально-танцевальной фразы (притопом, хлопком, прыжком, соскоком на обе ноги и т.д.).

Метроритми - дети учатся воспринимать сильную и слабую доли на слух, отмечая в движениях сильную долю хлопком, взмахом платка, притопом, а также на слух определять музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, осознанно выполняя движения в этих размерах.

Музыкально-танцевальные импровизации — усвоив понятие «жест» и его значение в танце, учащиеся переходят к отработке различных жестов - указательных, запрещающих, утверждающих, просящих, жестов, выражающих эмоциональное состояние (радость, печаль, раздумье и пр.).

Затакт - наиболее сложный элемент. Даются задачи на определение (на слух) затактового построения. Дети должны уметь самостоятельно начинать движения из затакта и в такт, вступать в коллективное движение **«каноном»** в различных ритмах и темпах, с

различным интервалом.

На уроках ритмики и танца педагогу следует учитывать, что монотонный характер музыкального сопровождения притупляет внимание, не дает возможности развить эмоциональную выразительность. Вместе с тем слишком сложные по мелодическому рисунку произведения, отвлекая внимание детей, могут затруднить процесс выполнения танцевальных движений.

Знакомство с *основами актерского мастерства* происходит также во время уроков танца. Для переключения внимания во время краткого отдыха от физической нагрузки педагог объясняет детям анатомические особенности строения лица, работу мышц лица и их значение для выражения человеческих эмоций (улыбка, скорбь, удивление, боль, угроза, рыдание, размышление и т.д.).

Осознать это помогут игровые задания на передачу эмоциональных состояний: радостно - грустно, вкусно - невкусно, весело - страшно, интересно - неинтересно, любопытно - безразлично и т.п.

Подобным же образом, в игровой форме, можно познакомить учеников с анатомией частей тела - суставов и мышц, объяснив особенности их работы в процессе выполнения тех или иных движений. Учащиеся должны передавать услышанное в музыке мимикой и движением. Рекомендуется исполнение небольших пластических этюдов с воображаемыми предметами (надувание шарика, игра с мячом). Развитию актерской выразительности послужат сценки подражания повадкам животных (этюды «кошка», «петух», «лошадка»). Эти знания помогут детям более осознанно усваивать танцевальные па и избегать возможных травм. Сведения по ритмике и основам актерского мастерства будут активно использоваться на практике при разучивании и исполнении музыкальных игр, танцев – игр, а в последствии при изучении танцевального репертуара.

КЛАССИЧЕСКАЯ ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ, ИСПОЛЗУЕМАЯ НА УРОКАХ РИТМИКИ И ТАНЦА

Терминология классического танца сложилась в XVII веке во Франции, в Королевской академии танца. Постепенно эта танцевальная терминология стала общепризнанной во всем мире. Но она претерпела много изменений, дополнений, прежде чем пришла к той стройной и строгой системе, которой мы пользуемся в настоящее время. Немалый вклад в уточнение терминологии внесла русская школа классического танца и ее создательница профессор Агриппина Яковлевна Ваганова.

Однако французский язык остался в терминологии столь же обязательным, как латынь в медицине. Произношение французских слов, указанное в скобках, является условным.

Adagio [адажио!] - медленно; медленная часть танца.

Allegro [аллегро] - быстро; прыжки.

Aplomb [апломб] - устойчивость.

Assamble [ассамбле] - от гл[соединять, собирать; прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе; прыжок с двух ног на две ноги. :

Attitude [аттитюд] - поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнутая.

Balance [баланс] - от гл. качать, покачиваться; покачивающееся движение. **Pas de basque [па де баск]** -t шаг басков; для движения характерен счет 3/4 или 6/8, исполняется вперед и назад.

Battement [батман] - размах, биение.

Battement fondu [батман фондю] - мягкое, плавное, «тающее» движение. **Battement soutenu [батман сотеню]** - от гл.выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение. **Battement tendu [батман тандю]** - отведение и приведение вытянутой ноги, выдвигание ноги.

Pas chasse [па шассе] - от гл. гнать, подгонять; партерный прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую.

Pas ciseaux [па сизо] | - ножницы; название этого прыжка происходит от характера движения ног, выбрасываемых вперед по очереди и вытянутых в воздухе.

Coupe [купэ I] - подбивание; отрывистое движение, короткий толчок.

En dedans [ан дедап] - внутрь, в круг.

En dehors [ан деор] | - наружу, из круга.

Demi-plie [демп плие] | - маленькое приседание.

En face [ан фас] | - прямо, прямое положение корпуса, головы и ног.

Galoper [галоп] | - гоняться, преследовать, скакать, мчаться.

Glissade [глиссад] | - скольжение; прыжок, исполняемый без отрыва носков от пола.

Grand [гранд] | -большой.

Jete [жете | - бросок ноги на .месте или в прыжке.

Pas [па] - шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец».

PHe [плие] - приседание. ^

Pointe [пуанте] - пуант, носок, пальцы.

Port de bras [пор де бра] - упражнения для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

Preparation [прэпарасион] - приготовление, подготовка.

Releve [релевэ] - *от* гл. приподнимать, возвышать; подъем на пальцы или на полупальцы.

Releve lent [релевэ лян] - медленный подъем ноги на 90 градусов.

Rond de jambe par terre [рон де жамб пар тер] - вращательное движение ноги по полу, круг броском по полу.

Saute .[сотэ] - прыжок на месте по позициям.

ЭЛЕМЕНТЫ ПАРТЕРНОЙ ГИМНАСТИКИ

Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Упражнения выполняются лежа на спине или, сидя на полу, руки свободно лежат вдоль тела ладонями вниз, ноги свободно вытянуты, пятки вместе, все мышцы тела расслаблены. При выполнении упражнения должно ощущаться напряжение тех или иных мышц, затем должно наступить полное расслабление, которое также необходимо ощутить. Дыхание свободное.

Комплекс упражнений выполняемый сидя и лёжа на полу

1. Сидя на полу:

а) ноги вместе

- сокращая и вытягивая носки;

- поочередное сокращение и вытягивание стоп;
- из сокращенного положения разводя носки в сторону; -поочередное разведение стоп из сокращенного положения; - круговые вращения стопы (правой, затем левой);

- круговое вращение стопами одновременно;
- наклоны корпуса вперед;
- наклоны корпуса назад;
- наклоны корпуса направо и налево;
- наклоны корпуса в правую и левую стороны;

б) ноги разведены в стороны:

- наклоны корпуса вперед;
- наклоны корпуса к правой и левой ноге;
- наклоны корпуса по полукругу от правой ноги к левой и обратно.

2. Лежа на спине:

- поочередное сгибание ноги в колене по VI позиции;
- поочередное сгибание ноги в колене по 1 позиции;
- медленный подъем ног до положения прямого угла;
- поочередный подъем ног до положения прямого угла;
- броски ногами;
- перегибы согнутых ног за голову;
- прогибы прямых ног за голову;
- упражнения для мышц живота и пресса.

3. Лежа на животе:

- подъем корпуса, опираясь руками о пол;
- подъем корпуса, руки вместе с корпусом отрываются от пола, их положение различное: >3 позиции, 2 позиции и т.д.

- подъем вытянутых ног;
- подъем корпуса и вытянутых ног одновременно;
- положение «колечко»;
- положение «мостик».
- растяжка на полу с применением шпагата на правую, левую ногу, поперечная растяжка ног;
- в положении сидя и лежа на полу (на спине и животе) используется движение «лягушка» для развития выворотности и растяжки ног в голеностопном и тазобедренном суставах.

4. В заключении комплекса партерной гимнастики необходимо сделать небольшой комплекс прыжковых движений в различных сочетаниях и разновидностях.

Литература, используемая при составлении программы

1. Бочкарева Н.И. Пособие по ритмике.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии.
3. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека (возрастные особенности с основами школьной гигиены).
4. Конова Е.В. Танец и ритмика в начальной школе.
5. Конова Е.В. Танец в школе.
6. Овечкина И.С., Князьков Г.Г., Священко В.Н. «Система регионального непрерывного художественно-эстетического образования. Часть V. Хореография». - Краснодар.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.
8. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение.
9. «Ритмика и танец». Программа для хореографических отделений школ искусств (музыкальных).
10. «Учебная практика». Методические рекомендации для преподавателей хореографических отделений школ искусств (музыкальных).
11. Ушакова Ю.В. «Весело и просто» (элементы образной хореографии как средство релаксации детей). «Начальное образование» №1.
12. Яновская Е.В. Ритмика.