

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Московской области

**Частное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа «Ступени»**

РАССМОТРЕНО

Протокол педсовета №1
«28» августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

З.Г. Хисматуллина
Приказ №41
от «28» августа 2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**внеурочной деятельности «Ритмика»
для обучающихся 1-4 классов**

г. о. Солнечногорск 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дополнительного образования «Ритмика» в 1-4 классах составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100), Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 569 от 18.07.2022 “О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования” (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69676).

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации учебного модуля обучающихся начальной школы.

Цель: формирование движений, свойственных ритмике; развитие культуры движений под музыку; способность к импровизации и творчеству.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе, развить природные задатки и способности учащихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Программа «Ритмика» предназначена для организации внеурочной деятельности обучающихся начального образования (1-4 классов).

Занятия по программе «Ритмика» проводятся преимущественно во второй половине дня. Частота и регулярность занятий – 1 раз в неделю. Программа рассчитана на 4 года преподавания. Общее число часов для изучения составляет 136 часов: 1-4 класс - 34 часа в год.

Содержание курса «Ритмика»

Техника безопасности и правила поведения до, во время, и после занятий.

Внимание к своему физическому состоянию, умение вовремя заменить недомогание, обратиться за помощью к педагогу. Знание о недопустимости физических перегрузок. Понимание значения разминки, разгрузки, соблюдения водного и температурного режима.

Подвижные игры под музыку. Умение двигаться в соответствии с заданным музыкой темпо-ритмом, характером, передавать в движениях настроение, изменения динамики, регистров, чувствовать членение на фразы, окончание звучания.

Зарядка для актёра. Развитие общего мышечного чувства, отдельных групп мышц. Упражнения на расслабление и напряжение различных групп мышц, перенесения центра тяжести. «Твёрдые и мягкие» руки, ноги. Раскачивание рук и корпуса, круговые и возвратные махи руками, ногами. Выпады с пружинным приседанием. Упражнения для кистей и суставов рук. Упражнения для ступни (полупальцы, носок, ахиллесово сухожилие), коленей (приседания, поднимание согнутой в колене ноги), корпуса (наклоны).

Дружно в ряд! Построения и перестроения в группах. Парные и групповые позиции Вход в зал, приветствие – прощание (поклон). Построение в колонну, в шеренгу, цепочкой, в круг. Свободное рассредоточение по залу. Построение в две шеренги, в две колонны, два, круга. Перестроение в разных направлениях, сочетаниях. Соединённые руки в парах, лодочка, крест-накрест. «Воротца», «Плетень», «Корзиночка», «Звёздочка», «Карусель».

Танцевальная позиция (элементы классической хореографии). Практическое освоение понятий осанка, «ровная спина», «вытянутая стопа», базовых позиций рук (подготовительная, I, II, III) и ног (I – VI позиции) входе разминки, танцевальных упражнений.

Ходьба под музыку. Марши в разных темпах, акцентированная ходьба, топающий шаг, осторожный шаг, шаг на полупальцах, плавный шаг, шаги с высоким подниманием коленей.

Бег и прыжки под музыку. Лёгкий бег, стремительный, сильный бег, пружинный бег с прыжками, бег на месте, сценический бег, пружинные прыжки на месте, с продвижением, галоп, танцевальный поскок с ноги на ногу, кружение поскоками

Элементы гимнастики и акробатики. Партерные упражнения, скрутки, перекаты, мостик, колесо, шпагат, сценические падения, растяжка.

Пластическая импровизация. Танцевальный образ, умение свободно двигаться под музыку и завершать движение характерной позой, менять характер и настроение танцевальной импровизации в соответствии с изменением характера музыки. Мимика и жест в танце.

Элементы народного танца. Поклон в русском танце, позиции рук (на талии, раскрыты, скрещены перед грудью), положения рук в парах (под руку, «воротца» и т.д.),

хлопки в ладоши. Хороводный шаг, топающий шаг, притопы, пересек, дробный шаг. Шаг с каблука, «ковырялочка», полуприсядка. Повороты. Вращение на припадании на месте. Хороводы цепочкой, змейкой, стенка на стенку. Фигуры народных танцев («корзиночка», «круг», «улица», «карусель»).

Элементы историко-бытового танца. Танцы народов мира. Поклоны и исходные позиции. Основной шаг. Приёмы и фигуры движения вперёд, в сторону, повороты. Балансе, вальсовая дорожка (променад). Танцевальный шаг с носка с продвижением вперёд, назад. Дорожки в паре. Галоп, полька, полонез, вальс. Основные шаги и базовые фигуры мазурки, цыганочки, лезгинки, сиртаки.

Элементы эстрадного танца, джаз-танца, Популярные молодёжные стили.

Приставные шаги, волна в корпусе, «кач» на мягких коленях, «Kick Ball Change», повороты, выпады, амплитуда движения рук. Стрейчинг, Isolation-упражнения, release, contractions, curve и др.. Тренаж на активное передвижение ориентацию в и современная хореография пространстве, сложную координацию движений на разных уровнях (высокий, средний, партер).

Постановочная работа для актуальных мероприятий. Рисунок танца, комбинация. Правила исполнения синхронов, переходов и рисунков. Сюжетные танцы. Передача музыкального образа пластическими выразительными средствами.

ПРЕДМЕТНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

1 класс:

Упражнения, игры, импровизации

Подвижные игры и творческие импровизации под музыку (вначале хорошо знакомые ярко контрастные образы животных, птиц, механизмов: кошка, лягушка, бабочка, мотоцикл, робот; затем более сложные, абстрактные: огонь, цветы, солнечные блики, снег).

Игры и упражнения на память физических действий, двигательную фантазию, свободу и контроль движений: «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем», «Замри», «У дядюшки Трифона», «Скульптор и глина».

Упражнения, направленные на снятие телесных зажимов, мускульную свободу (напряжение и расслабление мышц рук, ног, туловища, головы, лица; перекал напряжения из одной части тела в другую).

Танцевальная разминка. Упражнения на развитие основных групп мышц, ритмическую координацию движений под музыку спокойного, подвижного характера.

Простейшие перестроения под музыку маршевого характера. Элементы народного и историко-бытового танца (позиции рук, ног, корпуса). Шаги, притопы, поклоны. Основной шаг галопа, хоровода, польки. Хореографическая композиция из 3-4 движений по кругу.

Игры и упражнения на развитие и удержание произвольного внимания («Кто во что одет», «Что слышали за окном», «След в след», «Летает - не летает»), на развитие фантазии, речевой свободы: в куклы, сочиняем сказку вместе «воображаемый телевизор». Бытовые сценки-пантомимы, коллективные этюды (кошка и собака, птица и птенчики; волна, пирамида, ручеек).

Артикуляционные игры и упражнения, элементы логоритмики. Дыхательные упражнения.

Мероприятия, примерные постановки.

День знаний. Танец первоклассников

День учителя. Танец поздравление.

День народного единства. Патриотический танец-постановка.

Новогодние праздники. Участие в новогодних мероприятиях.

День защитника отечества. Патриотический танец-постановка.

Весенний праздник. Танец поздравление.

Неделя творчества. Участие в отчетном концерте.

День победы. Участие в празднике.

2 класс:

Упражнения, игры, импровизации

Танцевальная разминка. Упражнения на развитие основных групп мышц, координацию движений под музыку различного характера. Упражнения на ощущение музыкальной формы: одновременно с музыкой вступить, окончить движение, в т.ч. навыки поочередного вступления в общий танец.

Пластические импровизации под музыку двух-, трёхчастной формы (смена характера движения при изменении характера музыки).

Упражнения на двигательную ориентацию в пространстве: построения в колонну, круг, полукруг; перестроения из одной линии в две, три (ходьба, бег, подскоки, галоп); хороводные рисунки «цепочка», «змейка», «воротца».

Элементы народного и историко-бытового танца (галоп, полька, вальс). Танцевальные шаги разного характера (лёгкий скользящий шаг, шаг с каблука, шаг с притопом, «ёлочка», «гармошка», «ковырялочка» и др.), движения рук (хлопки, движения с платочком, руки на талии и др.). Хореографическая композиция в двух-, трёхчастной форме из 4-5 движений по кругу с перестроением.

Музыкально-пластические этюды под яркую характерную музыку – импровизации движений, передающих повадки животных, поведение характерных сказочных персонажей (Баба Яга, Водяной, Кощей Бессмертный, лиса, заяц, медведь и т.д.)

Актёрский тренинг: наблюдение за животными, другими людьми, действие от лица другого человека (от лица друга, бабушки, киногероя; чищу зубы, еду в трамвае, пишу письмо); упражнения на взаимодействие (эстафета, встать по пальцам, зеркало, тень), на индивидуальную память физических действий. Актёрские этюды на события «Впервые в жизни», «Записка», «Находка», «Сломал?!».

Дыхательные и артикуляционные упражнения, скороговорки.

Инсценировка, сценическое представление музыкальных интерпретаций малых литературных форм (скороговорок, поговорок, прибауток, потешек, четверостиший).

Мероприятия, примерные постановки.

День знаний. Танец приветствие.

День учителя. Танец поздравление.

День народного единства. Патриотический танец-постановка.

Новогодние праздники. Участие в новогодних мероприятиях.

День защитника отечества. Патриотический танец-постановка.

Весенний праздник. Танец поздравление.

Неделя творчества. Участие в отчетном концерте.

День победы. Участие в празднике.

3 класс:

Упражнения, этюды, импровизации

Танцевальная разминка. Упражнения на развитие основных групп мышц, координацию движений под музыку различного характера, метро- ритмической организации (вступить из затакта, выдержать паузу и т.д.). Упражнения на ориентацию в пространстве, перестроения (колонны по 1, 2, 4 человека; один круг – два круга, круг в круге, воротца, карусель).

Элементы народного, историко-бытового танца (шаг с полуприседанием, шаг с подскоком, подскоки с ноги на ногу, «верёвочка», сценический бег), эстрадного танца (волна в корпусе, «кач» на мягких коленях, «kick ball change») танцевальные рисунки «звёздочка», «корзиночка», «воротца». Хореографическая сюжетная композиция на основе освоенных движений в составе актуальной театральной постановки.

Импровизация в знакомых танцевальных жанрах (марш, полька, вальс, галоп, хоровод). Индивидуальные пластические этюды под музыку – импровизация движений, передающих абстрактное настроение, характер (энергичный, нежный, взволнованный, шаловливый и т.д.).

Актёрский тренинг: упражнения на взаимодействие (одновременное неподготовленное действие: хлопнуть в ладоши, поклониться, выстроиться по алфавиту и т.п.), память физических действий («Отличись, дополни,повтори»); на развитие двигательной фантазии («Превратился сам». «Парный крокодил»). Парные этюды на противоположные по смыслу действия (спрятаться – найти, отнимать – не отдавать, уходить – останавливать). Игры на развитие фантазии, речевой свободы «Аббревиатуры», «Волшебная палочка». Речь от лица разных людей (диспетчер на вокзале, экскурсовод, спортивный комментатор).

Этюды на движение до слова, вместе со словом, после слова. Этюды на рождение слова «Не хочу!», «Прости», «Надоело». Инсценировка детских песен, стихов.

Дыхательные, артикуляционные упражнения.

Мероприятия, примерные постановки.

День знаний. Танец приветствие.

День учителя. Танец поздравление.

День народного единства. Патриотический танец-постановка.

Новогодние праздники. Участие в новогодних мероприятиях.

День защитника отечества. Патриотический танец-постановка.

Весенний праздник. Танец поздравление.

Неделя творчества. Участие в отчетном концерте.

День победы. Участие в празднике.

4 класс:

Упражнения, этюды, импровизации

Танцевальная разминка. Упражнения на развитие всех групп мышц, с постепенным увеличением силовой нагрузки, упражнения на растяжку. Перестроения (по одному, в парах) в шахматном порядке, по диагонали. Двигательные импровизации с предметами (платочками, обручами, веерами)

Элементы народного танца («моталочка», переменный шаг, подбивка, дробушки, повороты, вращение с подъёмом на полупальцы, сценический и тройной бег, бег с «молоточками», дробным выстукиванием и др.) историко- бытового танца (полонез, менуэт), освоение танцевального стиля hip-hop (простейшие движения и фигуры: кач, slides, impulse и др.).

2-3 хореографические композиции, в т.ч. для актуальной театральной постановки.

Групповые (парные, по трое) пластические этюды под музыку – импровизация взаимодополняющих движений, передающих различные настроения, характер музыки.

Упражнения на взаимодействие в пространстве (одновременное неподготовленное действие: переставить стулья, равномерно занять класс, собраться в группы по какому-либо признаку), память физических действий (в паре); на развитие двигательной фантазии («Превращение предмета», «Мастер и неумеха»).

Игры на развитие внимания, фантазии, речевой свободы «Фраза из слов»,

«Шумы», «Картинка за окном», «Смешные истории».

Парные этюды на рождение фразы («Пойдём домой!», «Я решил...», «Так это ты?!»), на зону молчания («Встречаем новый год вдвоём, но мы в ссоре», «Списать у вредного соседа по парте»). Групповая самостоятельная актёрско-режиссёрская работа: инсценировка небольшого детского рассказа.

Дыхательные, артикуляционные.

Мероприятия, примерные постановки.

День знаний. Танец приветствие.

День учителя. Танец поздравление.

День народного единства. Патриотический танец-постановка.

Новогодние праздники. Участие в новогодних мероприятиях.

День защитника отечества. Патриотический танец-постановка.

Весенний праздник. Танец поздравление.

Неделя творчества. Участие в отчетном концерте.

День победы. Участие в празднике.

Примерная структура типового занятия:

1. Вводная часть. Упражнения на дыхание, снятие зажимов, концентрацию внимания. Артикуляционная разминка (5 мин.)
2. Танцевальная разминка (5 мин)
3. Работа над хореографическим материалом (10 мин.)
4. Актёрский тренинг. Упражнения на выразительную речь, перевоплощение, взаимодействие и т.д. (5 мин).
5. Репетиционно-постановочная работа (15 мин).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Освоение программы внеурочной деятельности «Ритмика» направлено на достижение трёх групп результатов: личностных, метапредметных и предметных. При этом теоретическое структурное разграничение различных видов результатов на практике выступает как органичная нерасторжимая целостность. Личностные и метапредметные, в первую очередь коммуникативные результаты, имеют глубокое и содержательное

предметное воплощение. Тематика танцевальных постановок способна отражать важнейшие направления воспитательной работы, ориентирована на комплекс базовых национальных ценностей.

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы «Ритмика» должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций, в том числе в части:

1. Патриотического воспитания: осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе; проявление интереса к освоению традиций своего края, музыкальной культуры народов России; стремление развивать и сохранять культуру своей страны, своего края.

2. Гражданского воспитания: готовность к выполнению обязанностей гражданина, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; осознание комплекса идей и моделей поведения, отражённых в лучших произведениях мировой культуры, готовность поступать в своей жизни в соответствии с эталонами нравственного самоопределения, отражёнными в них; активное участие в музыкальной, социокультурной жизни образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны, в том числе в качестве участников творческих конкурсов и фестивалей, концертов, культурно-просветительских акций, праздничных мероприятий.

3. Духовно-нравственного воспитания: ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность воспринимать театральное искусство с учётом моральных и духовных ценностей этического и религиозного контекста, социально-исторических особенностей этики и эстетики; придерживаться принципов справедливости, взаимопомощи и творческого сотрудничества в процессе непосредственной творческой деятельности, при подготовке спектаклей, концертов, участии в фестивалях и конкурсах.

4. Эстетического воспитания: восприимчивость к различным видам искусства, стремление видеть прекрасное в окружающей действительности, готовность прислушиваться к природе, людям, самому себе; осознание ценности творчества, таланта; осознание важности музыкального и танцевального искусства как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; стремление к самовыражению в разных видах искусства.

5. Ценности научного познания: ориентация на современную систему научных

представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной, социальной, культурной средой; овладение языком искусства, овладение основными способами исследовательской деятельности на материале доступной текстовой, аудио- и видео-информации о различных явлениях искусства, использование специальной терминологии.

6. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни с опорой на собственный жизненный опыт и опыт восприятия произведений искусства; соблюдение правил личной безопасности и гигиены, в том числе в процессе артистической, творческой, исследовательской деятельности; умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других; сформированность навыков рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудового воспитания: установка на посильное активное участие в практической деятельности при подготовке спектакля, проведении репетиций, сценических показов; трудолюбие, настойчивость в достижении поставленных целей; интерес к практическому изучению профессий в сфере культуры и искусства; уважение к труду и результатам трудовой деятельности.

8. Экологического воспитания: повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; участие в экологических проектах через различные формы танцевального творчества.

9. Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды: освоение социального опыта, основных социальных ролей, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни, включая семью, группы, сформированные в учебной исследовательской и творческой деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды; стремление перенимать опыт, учиться у других людей – как взрослых, так и сверстников, в том числе в разнообразных проявлениях творчества, овладения различными навыками в сфере музыкального, танцевального и других видов искусства; смелость при соприкосновении с новым эмоциональным опытом, воспитание чувства нового, способность ставить и решать нестандартные задачи, предвидеть ход событий, обращать внимание на перспективные тенденции и направления развития культуры и социума; способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, опираясь на жизненный опыт, опыт и навыки управления своими психоэмоциональными ресурсами в стрессовой ситуации, воля к победе.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты, достигаемые при освоении программы «Ритмика» отражают специфику искусства, как иного (в отличие от науки) способа познания мира. Поэтому основная линия формирования метапредметных результатов ориентирована не столько на когнитивные процессы и функции, сколько на психомоторную и аффективную сферу деятельности обучающихся.

1. Овладение универсальными познавательными действиями.

Овладение системой универсальных познавательных действий в рамках программы «Ритмика» реализуется в контексте развития специфического типа интеллектуальной деятельности – художественно- образного, музыкального мышления, которое связано с формированием соответствующих когнитивных навыков обучающихся, в том числе:

1.1. Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки конкретного танцевального явления;
- сравнивать виды и жанры танцевального искусства, элементы музыкально-танцевального действия, сценические образы, сюжеты;
- устанавливать основания для сравнения, проводить аналогии, находить ассоциации с другими явлениями искусства;
- устанавливать существенные признаки для классификации явлений культуры и искусства, выбирать основания для анализа, сравнения и обобщения отдельных выразительных средств, элементов сценографии, актёрской игры, музыкального и визуального образа танца;
- выявлять недостаток информации, необходимой для достоверного и стилистически оправданного воплощения на сцене художественной задачи;
- обнаруживать взаимные влияния отдельных видов, жанров и стилей танцевального искусства друг на друга, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- выявлять общее и особенное, закономерности и противоречия в комплексе выразительных средств, используемых при создании сценического образа конкретного произведения, жанра, стиля.

1.2. Базовые исследовательские действия:

- следовать за развитием, наблюдать процесс развёртывания драматического действия;
- использовать вопросы как инструмент познания;
- формулировать собственные вопросы, фиксирующие несоответствие между реальным и желательным состоянием учебной ситуации, восприятия, сценического воплощения танцевальных образов;
- составлять алгоритм действий и использовать его для решения исполнительских и других творческих задач;
- проводить по самостоятельно составленному плану небольшое исследование по установлению особенностей, сравнению художественных процессов, явлений, культурных объектов между собой;
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, исследования.

1.3. Работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации с учётом предложенной учебной или творческой задачи и заданных критериев;
- понимать специфику работы с графической, видео-, аудиоинформацией, музыкальными записями;
- выбирать, анализировать, интерпретировать, обобщать и систематизировать информацию, представленную в аудио- и видеоформатах, текстах, таблицах, схемах;
- оценивать надёжность информации по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно;
- различать тексты информационного и художественного содержания, трансформировать, интерпретировать их в соответствии с учебной или творческой задачей;
- развивать мышечную память как способ сохранения пластической информации;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации в зависимости от коммуникативной установки.

2. Овладение универсальными коммуникативными действиями

Овладение системой универсальных коммуникативных действий в рамках программы «Ритмика» реализуется, в первую очередь, через совместную деятельность, содержанием и результатом которой является постановка и публичный показ музыкальных спектаклей. Она предполагает нелинейную динамику творческого процесса, в которой

сочетаются индивидуальные, групповые и коллективные формы работы.

Сценическое действие предполагает не только танец. Оно не может быть реализовано без решения дополнительных практических задач, которые также обеспечиваются силами участников танцевального коллектива (рабочий сцены, осветитель, костюмер, гримёр, администратор; ответственные за изготовление реквизита, бутафории; ответственные за информационную поддержку и т.д.). Постоянная ротация участников, готовность и умение каждого не только выступать на сцене, но и выполнять вспомогательные функции являются естественной средой, обеспечивающей разноуровневую коммуникацию обучающихся.

При этом специфика освоения элементов танцевального мастерства, непосредственного взаимодействия с партнёрами в режиме «здесь и сейчас» позволяет обучающимся формировать расширенный спектр компетенций в сфере общения. А именно:

- выражать свою идею, мысль комплексно, используя вербальные и невербальные средства коммуникации;
- ярко и убедительно выражать эмоции, собственное отношение к происходящему;
- вести устный диалог, владеть техниками «пристройки» к собеседнику;
- анализировать внешние обстоятельства общения, чувствовать логику событий, улавливать подтекст;
- выступать на публике, владеть основами ораторского искусства и сценического движения, органично чувствовать себя в пространстве, преодолевать сценическое волнение;
- конструктивно обсуждать с товарищами по коллективу текущую деятельность – как свою собственную, так и других людей;
- видеть различия в поведении других людей, воспринимать их как естественное проявление разнообразия, богатства социального окружения человека.

В совместной деятельности:

- согласовывать собственные цели и действия с целями и действиями других участников коллектива,
- коллегиально строить действия по достижению общей цели: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- выполнять свой участок работы, нести безусловную ответственность за её качество;
- выручать товарищей в непредвиденной ситуации, приходить на помощь, уметь жертвовать своими интересами ради общего дела;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения,

подчиняться;

➤ развивать навыки эстетически опосредованного сотрудничества, соучастия, сопереживания в процессе исполнения и восприятия произведений искусства; понимать ценность такого социально- психологического опыта, переносить его на другие сферы взаимодействия;

3. *Овладение универсальными регулятивными действиями*

Личные результаты обучающихся, сформированные в результате занятий «Ритмикой» выходят далеко за рамки художественно- эстетической деятельности, они воспитывают ценные навыки, привычки, установки, которые обеспечивают социальные аспекты функциональной грамотности, вырабатывают компетенции, позволяющие быстро адаптироваться в окружающем мире.

Особое значение, исключительную ценность они обретают и в качестве вклада каждого участника коллектива в общее дело. В рамках программы «Ритмика» регулятивные универсальные учебные действия тесно смыкаются с коммуникативными умениями и навыками. Самоорганизация и рефлексия всегда идут двумя параллельными путями – как в индивидуальном плане, так и в логике планирования и оценке совместных действий. Взаимодействие этих путей регулятивных универсальных учебных действий, как правило, предполагают корректировку личных интересов и намерений, их подчинение интересам и потребностям творческого коллектива в целом.

3.1. *Самоорганизация:*

➤ выявлять проблемы в своей жизни, которые могут быть решены с помощью приёмов и навыков, освоенных в ходе занятий ритмикой;

➤ рассматривать жизненную проблему, как этюд, творческую задачу, которая может быть решена различными способами, рассматривать альтернативные варианты, выбирать наилучший вариант решения;

➤ чувствовать ответственность перед партнёром по сцене, координировать свои действия с учётом возможностей и намерений партнёра, нести ответственность за свою часть работы перед всем коллективом;

➤ уметь ограничивать свои личные интересы и намерения с учётом мнения, интересов, возможностей других членов коллектива

➤ ставить перед собой среднесрочные и долгосрочные цели по самосовершенствованию, в том числе в части творческих, исполнительских навыков и способностей, настойчиво продвигаться к поставленной цели;

➤ планировать достижение целей через решение ряда последовательных задач частного характера.

3.2. Самоконтроль (рефлексия):

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку учебной ситуации и предлагать план её изменения;
- предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности; понимать причины неудач и уметь предупреждать их, давать оценку приобретённому опыту;
- вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей.

3.3. Эмоциональный интеллект:

- чувствовать, понимать эмоциональное состояние самого себя и других людей, использовать возможности танцевального искусства для расширения своих компетенций в данной сфере;
- развивать способность управлять собственными эмоциями и эмоциями других как в повседневной жизни, так и в ситуациях сценического общения, публичного выступления;
- выявлять и анализировать причины эмоций;
- понимать мотивы и намерения другого человека, анализируя коммуникативно-интонационную ситуацию;
- регулировать способ выражения собственных эмоций.

3.4. Принятие себя и других:

- уважительно и осознанно относиться к другому человеку и его мнению, эстетическим предпочтениям и вкусам;
- признавать своё и чужое право на ошибку, при обнаружении ошибки фокусироваться не на ней самой, а на способе улучшения результатов деятельности;
- принимать себя и других, не осуждая;
- проявлять открытость.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- выступать на сцене, исполнять танцы разных жанров, выразительно и достоверно передавая художественный замысел автора, вкладывая в танец личностно значимый смысл;
- исполнять танцевальные, пластические номера в составе развёрнутого драматического действия, отдельных сценах, концертных номерах;
- органично и естественно чувствовать себя перед публикой, взаимодействовать с партнёрами по сцене;

- понимать специфику, иметь представление о комплексе выразительных средств танцевального искусства;
- владеть пластикой своего тела, освоить основы сценического движения, пантомимы, доступных танцевальных стилей;
- выполнять сценическую задачу, органично и естественно существовать в предлагаемых обстоятельствах, импровизировать;
- знать приёмы и способы развития памяти, действий в конфликтных ситуациях, снятия психологических зажимов, уметь их применять на сцене и в жизни;
- уметь организовать собственную работу над танцем, помогать педагогу в организации репетиций с младшими обучающимися;
- представлять на концертах, праздниках, фестивалях и конкурсах результаты коллективной исполнительской, творческой деятельности, принимать участие в культурно-просветительской и общественной жизни.

1 класс:

1. Активно включаться в творческий процесс, преодолевать стеснение, робость.
2. Знать технику безопасности на занятиях, правила поведения на занятиях.
3. Участвовать в играх, игровых упражнениях, стремиться к созданию доступного игрового образа (самому придумать, сделать, показать).
4. Удерживать произвольное внимание, концентрировать внимание «внутри себя», уметь сосредоточиться на слуховых, зрительных, двигательных ощущениях; контролировать дыхание, мышечный тонус (снятие телесных зажимов).
5. Двигаться в соответствии с темпоритмом, характером музыки. Уметь прохлопать равномерную метрическую пульсацию, ритмический рисунок, состоящий из восьмых и четвертей.
6. Освоить основной шаг галопа, хоровода, марша. Исполнять небольшие танцевальные связки, состоящие из 3-4 повторяющихся движений.
7. Импровизировать (в т.ч. под музыку) пластические образы – характеристики животных, птиц, стремиться к узнаваемости образа.
8. Придумывать и показывать небольшие сценки бытового содержания (на 2-3 действия).
9. Показывать физические действия с воображаемым(и) предметом(ами).
10. Иметь опыт выступления на сцене в массовой танцевальной сцене.
11. Понимать значение слов и терминов: ритмика, танец, зрительный зал, сцена, зритель.

2 класс:

1. Знать правила поведения на сцене (не вставать спиной к зрителю, сохранять тишину за кулисами, не задевать кулисы во время сценического действия и др.).

2. Создавать пластические импровизации под музыку, слышать границы музыкальной формы, менять характер движений при смене характера музыки.
3. Слышать темп, ритмические особенности музыки. Уметь прохлопать метрическую пульсацию на 2/4, 3/4, 4/4, ритмический рисунок, состоящий из восьмых, четвертей, половинных.
4. Ориентироваться в пространстве, уметь заполнить пространство действием; находить своё место, соблюдать рисунок движения в группе, в т.ч. при построении в колонну, круг, полукруг, перестроении в линии.
5. Исполнять основной шаг и 1-2 простых движения польки, вальса.
6. Исполнять в группе несложные хореографические композиции в жанре народного танца своего края, республики, региона.
7. Наблюдать за повадками животных, поведением людей (особенности речи, взгляда, мимики, жеста), воплощать свои наблюдения в актёрских этюдах-импровизациях.
8. Выполнять по-разному одно и то же действие в различных предлагаемых обстоятельствах.
9. Уметь переходить из позиции исполнителя в позицию зрителя и наоборот.
10. Уметь видеть отличия в исполнении одного и того же задания, этюда разными обучающимися.
11. Овладеть начальными навыками сценических действий, различать действия физически и словесные, стремиться правдиво действовать в предлагаемых обстоятельствах, иметь представление об исполнительской задаче, событии и его оценке.
12. Доброжелательно и конструктивно участвовать в обсуждении актёрских этюдов, импровизаций товарищей.
13. Выполнять упражнения на дыхание, артикуляцию понимать их значение в развитии своих задатков и способностей.
14. Подготовить и показать на публике небольшой танец. Принимать посильное участие в подготовке танцевального номера (исполнить роль, выступить в массовой танцевальной или хоровой сцене, помогать за сценой и т.д.).
15. Понимать значение терминов и выражений: этюд, действие, «по правде», кулисы, задник, декорации, костюм, афиша, художник, режиссёр, хореограф.

3 класс:

1. Создавать пластические импровизации под музыку в знакомых танцевальных жанрах, передавать в движениях темпоритм, настроение, музыкальный образ.
2. Слышать ладовые, регистровые особенности музыки, динамику, штрихи, тембры.
3. Уметь реагировать на разнообразные изменения и сочетания средств музыкальной

выразительности – передавать в движениях пластической импровизации широкую дифференцированную палитру чувств и настроений.

4. Уметь прохлопать метрическую пульсацию, остинато, ритмический рисунок, состоящий из шестнадцатых, восьмых, четвертей, половинных, пауз.
5. Ориентироваться в пространстве, точно контролировать своё движение в групповых перестроениях согласно освоенным рисункам музыкального движения, танца.
6. Исполнять основной шаг и 3-4 простых движения народного, историко-бытового, эстрадного танца. Исполнять в группе несложные хореографические композиции для текущей постановки.
7. Овладеть начальными навыками совместных сценических действий, стремиться чувствовать партнёра по сцене в этюдах-импровизациях. Импровизировать парные этюды.
8. Наблюдать за логикой взаимодействия людей в жизни и на сцене, стремиться понять внутреннюю суть конфликта, понимать поступок как действие, отражающее характер героя.
9. Представлять действие как процесс (начало, развитие, конец), стремиться найти его внутреннюю логику.
10. Конструктивно воспринимать критику своих сценических действий, импровизаций.
11. Подготовить и показать на публике танец.
12. Принимать активное участие в подготовке творческого мероприятия.
13. Понимать значение терминов и выражений: логика действий, задача, текст и подтекст, реплика, диалог, ремарка, пауза, мимика, жест, поза.

4 класс:

1. Создавать пластические импровизации под музыку вдвоём, втроём, дополняя движения друг друга; импровизировать с предметами (платочки, палки, веера), придумывая сюжетные пластические композиции.
2. На основе одной и той же художественной задачи придумывать разные варианты пластических, ритмических решений, интерпретаций.
3. Уметь исполнять с помощью хлопков и притопов комбинированные ритмические рисунки (в т.ч. с синкопами, триолями) в небольшой связке в жанре народного танца.
4. Исполнять не менее 2-х хореографических композиций в разных жанрах (например, народного, историко-бытового танца, современного танца в стиле hip-hop), в том числе вставные танцевальные номера для текущей театральной постановки.
5. Импровизировать, уметь построить вдвоём, втроём мизансцену на различные темы предложенных обстоятельств. Находить внутреннюю связь образа, текста и задачи действия.
6. Наблюдать за импровизациями товарищей, видеть «что» и «как» исполнено, анализировать, «почему именно так» - размышлять над способами раскрытия авторского

замысла.

7. Сознательно и регулярно заниматься развитием своего артикуляционного аппарата, систематически работать над развитием дыхания (объём, глубина, экономный расход воздуха, цепное дыхание) мимики, танцевальных данных.

8. Принимать активное участие в подготовке творческих мероприятий (исполнять главные и / или второстепенные роли, участвовать в массовых сценах, принимать участие в создании декораций, реквизита, костюмов, грима, программ, афиш, организации представления и т.д.).

9. Понимать значение терминов и выражений: предлагаемые обстоятельства, словесные действия, конфликт, поступок, статичность, динамичность, мизансцена, пролог, финал, драматург, авторский замысел.

Тематическое планирование

1 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Вводный инструктаж по программе вводного инструктажа по ОТ, ТБ,ПБ и АТБ. Подвижные игры и творческие импровизации под музыку	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
2.	Первичный инструктаж по программе первичного инструктажа по ОТ, ТБ,ПБ и АТБ. Подвижные игры и творческие импровизации под музыку	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
3.	Игры и упражнения на память физических действий	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
4.	Игры и упражнения на память физических действий	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
5.	Игры и упражнения на двигательную фантазию	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo

			feature=em b_logo
6.	Игры и упражнения на двигательную фантазию	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em b_logo
7.	Игры и упражнения на свободу и контроль движений	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em b_logo
8.	Игры и упражнения на свободу и контроль движений	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em b_logo
9.	Упражнения, направленные на снятие телесных зажимов	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em b_logo
10.	Упражнения, направленные на мускульную свободу	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinakse nia/playlists/1000
11.	Танцевальная разминка	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinakse nia/playlists/1000
12.	Танцевальная разминка	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinakse nia/playlists/1000
13.	Танцевальная разминка	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinakse nia/playlists/1000
14.	Упражнения на развитие основных групп мышц	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinakse nia/playlists/1000
15.	Упражнения на ритмическую координацию движений под музыку спокойного характера	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinakse nia/playlists/1000

16.	Упражнения на ритмическую координацию движений под музыку подвижного характера	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
17.	Повторный инструктаж по программе повторного инструктажа по ОТ, ТБ, ПБ и АТБ. Простейшие перестроения под музыку маршевого характера.	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
18.	Элементы народного и историко-бытового танца	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
19.	Шаги, притопы, поклоны	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
20.	Основной шаг галопа, хоровода, польки	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
21.	Хореографическая композиция из 3-4 движений по кругу	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
22.	Игры и упражнения на развитие и удержание произвольного внимания «Кто во что одет»	1	
23.	Игры и упражнения на развитие и удержание произвольного внимания «Что слышали за окном»	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
24.	Игры и упражнения на развитие и удержание произвольного внимания «След в след»	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
25.	Игры и упражнения на развитие и удержание произвольного внимания «Летает - не летает»)	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo

26.	Игры и упражнения на развитие фантазии,	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
27.	Игры и упражнения на развитие речевой свободы	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
28.	Бытовые сценки-пантомимы, коллективные этюды (кошка и собака, птица и птенчики; волна, пирамида, ручеек)	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
29.	Артикуляционные игры и упражнения	1	
30.	Элементы логоритмики	1	
31.	Элементы логоритмики	1	
32.	Элементы логоритмики	1	
33.	Дыхательные упражнения	1	https://baletnik.nethouse.ru
Итого:			

2 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Вводный инструктаж по программе вводного инструктажа по ОТ, ТБ, ПБ и АТБ. Танцевальная разминка	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
2.	Первичный инструктаж по программе	1	https://www.youtube.com/

	первичного инструктажа по ОТ, ТБ, ПБ и АТБ. Упражнения на развитие основных групп мышц		watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo
3.	Упражнения на координацию движений под музыку различного характера	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo
4.	Упражнения на ощущение музыкальной формы: одновременно с музыкой вступить	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo
5.	Упражнения на ощущение музыкальной формы: окончить движение	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo
6.	Упражнения на ощущение музыкальной формы: навыки поочередного вступления в общий танец.	1	
7.	Пластические импровизации под музыку двухчастной формы	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo
8.	Пластические импровизации под музыку двух-, трёхчастной формы	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo
9.	Упражнения на двигательную ориентацию в пространстве: построения в колонну	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo
10.	Упражнения на двигательную ориентацию в пространстве: построения в круг	1	
11.	Упражнения на двигательную ориентацию в пространстве: построения в полукруг	1	
12.	Упражнения на двигательную ориентацию в пространстве: перестроения из одной линии в	1	

	две		
13.	Упражнения на двигательную ориентацию в пространстве: перестроения из одной линии в три	1	
14.	Ходьба, бег, подскоки, галоп	1	
15.	Хороводные рисунки «цепочка», «змейка», «воротца».	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
16.	Элементы народного и историко-бытового танца (галоп, полька, вальс).	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
17.	Повторный инструктаж по программе повторного инструктажа по ОТ, ТБ, ПБ и АТБ. Элементы народного и историко-бытового танца (галоп, полька, вальс).	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
18.	Элементы народного и историко-бытового танца (галоп, полька, вальс).	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
19.	Танцевальные шаги разного характера (лёгкий скользящий шаг, шаг с каблука, шаг с притопом, «ёлочка», «гармошка», «ковырялочка» и др.)	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
20.	Танцевальные шаги разного характера (лёгкий скользящий шаг, шаг с каблука, шаг с притопом, «ёлочка», «гармошка», «ковырялочка» и др.),	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
21.	Танцевальные шаги разного характера (лёгкий скользящий шаг, шаг с каблука, шаг с притопом, «ёлочка», «гармошка», «ковырялочка» и др.),	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
22.	Танцевальные шаги разного характера (лёгкий скользящий шаг, шаг с каблука, шаг с притопом, «ёлочка», «гармошка», «ковырялочка» и др.),	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
23.	Движения рук (хлопки, движения с	1	https://pinkamuz.pro/sea

	платочком, руки на талии и др.)		rch/Русский%20народный%20танец
24.	Движения рук (хлопки, движения с платочком, руки на талии и др.).	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
25.	Движения рук (хлопки, движения с платочком, руки на талии и др.).	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
26.	Движения рук (хлопки, движения с платочком, руки на талии и др.).	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
27.	Хореографическая композиция в двух-, трёхчастной форме из 4-5 движений по кругу с перестроением	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
28.	Хореографическая композиция в двух-, трёхчастной форме из 4-5 движений по кругу с перестроением.	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
29.	Музыкально-пластические этюды под яркую характерную музыку	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
30.	Музыкально-пластические этюды под яркую характерную музыку	1	https://pinkamuz.pro/search/Русский%20народный%20танец
31.	Импровизации движений, передающих повадки животных, поведение характерных сказочных персонажей (Баба Яга, Водяной, Кащей Бессмертный, лиса, заяц, медведь и т.д.)	1	

32.	Актёрский тренинг: наблюдение за животными, другими людьми, действие от лица другого человека (от лица друга, бабушки, киногероя; чищу зубы, еду в трамвае, пишу письмо); упражнения на взаимодействие (эстафета, встать по пальцам, зеркало, тень), на индивидуальную память физических действий. Актёрские этюды на события «Впервые в жизни», «Записка», «Находка», «Сломал?!».	1	
33.	Дыхательные и артикуляционные упражнения, скороговорки.	1	https://baletnik.nethouse.ru
34.	Инсценировка, сценическое представление музыкальных интерпретаций малых литературных форм (скороговорок, поговорок, прибауток, потешек, четверостиший).	1	
Итого:			

3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Вводный инструктаж по программе вводного инструктажа по ОТ, ТБ,ПБ и АТБ. Танцевальная разминка.	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
2.	Первичный инструктаж по программе первичного инструктажа по ОТ, ТБ,ПБ и АТБ. Упражнения на развитие основных групп мышц,	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
3.	Упражнения на координацию движений под	1	

	музыку различного характера,		
4.	Упражнения на координацию метро-ритмической организации (вступить из затакта, выдержать паузу и т.д.).	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
5.	Упражнения на ориентацию в пространстве,	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
6.	Упражнения на перестроения, колонны по 1, 2, 4 человека	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
7.	Упражнения на перестроения, один круг – два круга	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
8.	Упражнения на перестроения, круг в круге, воротца, карусель	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
9.	Элементы народного, историко-бытового танца, шаг с полуприседанием	1	
10.	Элементы народного, историко-бытового танца, шаг с подскоком	1	
11.	Элементы народного, историко-бытового танца, подскоки с ноги на ногу	1	
12.	Элементы народного, историко-бытового танца, «верёвочка», сценический бег	1	
13.	Элементы эстрадного танца, волна в корпусе	1	
14.	Элементы эстрадного танца, «кач» на мягких коленях	1	
15.	Элементы эстрадного танца, танцевальные рисунки «звёздочка»	1	
16.	Элементы эстрадного танца, «корзиночка»	1	
17.	Повторный инструктаж по программе повторного инструктажа по ОТ, ТБ,ПБ и АТБ. Элементы эстрадного танца, «воротца»	1	
18.	Хореографическая сюжетная композиция на	1	

	основе освоенных движений в составе актуальной театральной постановки		
19.	Хореографическая сюжетная композиция на основе освоенных движений в составе актуальной театральной постановки	1	
20.	Хореографическая сюжетная композиция на основе освоенных движений в составе актуальной театральной постановки	1	
21.	Хореографическая сюжетная композиция на основе освоенных движений в составе актуальной театральной постановки	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
22.	Хореографическая сюжетная композиция на основе освоенных движений в составе актуальной театральной постановки	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
23.	Импровизация в знакомых танцевальных жанрах (марш, полька, вальс, галоп, хоровод)	1	
24.	Импровизация в знакомых танцевальных жанрах (марш, полька, вальс, галоп, хоровод).	1	
25.	Импровизация в знакомых танцевальных жанрах (марш, полька, вальс, галоп, хоровод).	1	
26.	Импровизация в знакомых танцевальных жанрах (марш, полька, вальс, галоп, хоровод).	1	
27.	Индивидуальные пластические этюды под музыку – импровизация движений, передающих абстрактное настроение, характер (энергичный, нежный, взволнованный, шаловливый и т.д.).	1	
28.	Индивидуальные пластические этюды под музыку – импровизация движений, передающих абстрактное настроение, характер (энергичный, нежный,	1	

	взволнованный, шаловливый и т.д.).		
29.	Индивидуальные пластические этюды под музыку – импровизация движений, передающих абстрактное настроение, характер (энергичный, нежный, взволнованный, шаловливый и т.д.).	1	
30.	Актёрский тренинг: упражнения на взаимодействие, память физических действий; на развитие двигательной фантазии	1	
31.	Парные этюды на противоположные по смыслу действия	1	
32.	Игры на развитие фантазии, речевой свободы «Аббревиатуры», «Волшебная палочка». Речь от лица разных людей (диспетчер на вокзале, экскурсовод, спортивный комментатор).	1	
33.	Этюды на движение до слова, вместе со словом, после слова. Этюды на рождение слова «Не хочу!», «Прости», «Надоело». Инсценировка детских песен, стихов.	1	
34.	Дыхательные, артикуляционные упражнения.	1	https://baletnik.nethouse.ru
Итого:			

4 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Вводный инструктаж по программе вводного инструктажа по ОТ, ТБ,ПБ и АТБ. Танцевальная разминка.	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
2.	Первичный инструктаж по программе первичного инструктажа по ОТ, ТБ,ПБ и АТБ. Упражнения на развитие всех групп	1	https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo

	мышц, с постепенным увеличением силовой нагрузки		=em b_logo
3.	Упражнения на растяжку	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
4.	Перестроения (по одному, в парах) в шахматном порядке, по диагонали.	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
5.	Двигательные импровизации с предметами (платочками, обручами, веерами)	1	https://music.yandex.ru/users/grazhdankinaksenia/playlists/1000
6.	Двигательные импровизации с предметами (платочками, обручами, веерами)	1	
7.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
8.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
9.	Элементы народного танца, «моталочка», переменный шаг	1	
10.	Элементы народного танца, подбивка, дробушки	1	
11.	Элементы народного танца, повороты, вращение с подъёмом на полупальцы	1	
12.	Элементы народного танца, сценический и тройной бег, бег с «молоточками», дробным выстукиванием и др.	1	
13.	Элементы историко- бытового танца (полонез, менуэт)	1	
14.	Элементы историко- бытового танца (полонез, менуэт)	1	
15.	Элементы историко- бытового танца (полонез, менуэт)	1	
16.	Освоение танцевального стиля hip-hop (простейшие движения и фигуры: кач, slides, impulse и др.).	1	https://www.youtube.com/watch?v=h9vCMcNTMLo

17.	Повторный инструктаж по программе повторного инструктажа по ОТ, ТБ, ПБ и АТБ. Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	
18.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
19.	Групповые (парные, по трое) пластические этюды под музыку	1	
20.	Импровизация взаимодополняющих движений, передающих различные настроения, характер музыки.	1	
21.	Упражнения на взаимодействие в пространстве (одновременное неподготовленное действие: переставить стулья, равномерно занять класс, собраться в группы по какому-либо признаку),	1	
22.	Упражнения на память физических действий (в паре)	1	
23.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
24.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
25.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
26.	Упражнения на развитие двигательной фантазии, «Превращение предмета», «Мастер и неумеха»	1	
27.	Игры на развитие внимания, фантазии, речевой свободы «Фраза из слов», «Шумы», «Картинка за окном», «Смешные истории».	1	
28.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/

29.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
30.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
31.	Хореографическая композиция для актуальной театральной постановки.	1	https://horeograf.ucoz.ru/
32.	Парные этюды на рождение фразы	1	
33.	Групповая самостоятельная актёрско-режиссёрская работа: инсценировка небольшого детского танца.	1	
34.	Дыхательные, артикуляционные.	1	https://baletnik.nethouse.ru
Итого:			

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры упражнения для красивого движения. Ярославль: Акад. развития [и др.], 2000. – 110 с.
2. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. М.: М.: Гуманитар.-изд. центр ВЛАДОС, 2003. - 254 с.
3. Венецианова М.А. Актёрский тренинг. Мастерство актёра в терминах Станиславского. Москва: АСТ, 2010.
4. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте : Психол. очерк : Кн. для учителя / Л. С. Выготский; [Послесл. В. В. Давыдова]. - 3-е изд. - М. : Просвещение, 1991. - 90,[2] с.
5. Газман, О.С. В школу - с игрой : Кн. для учителя / О. С. Газман, Н. Е. Харитоновна. - М. : Просвещение, 1991. - 96 с.
6. Гринер, В.А. Ритм в искусстве актера [Текст] : Метод. пособие для театр. и культ-просвет. училищ. - Москва : Просвещение, 1966. - 154, [17] с. :
7. Ершов, П.М. Режиссура как практическая психология [Текст] : (Взаимодействие людей в жизни и на сцене). - Москва : Искусство, 1972.- 352 с.
8. Ершова, А.П., Букатов, В.М. Возвращение к таланту. – Красноярск: АКМЭ, 1995. – 221 с.
9. Климовский, В.Л. Мы идем за кулисы : Кн. о театр. цехах. [Для мл. школ. возраста] - М. : Дет. лит., 1982. - 127 с.
10. Карташкин, А.С. Праздник с чудесами : (Искусство сцен. волшебства) : Кн. для учителя / А. Карташкин. - М. : Просвещение, 1993. – 186 с.
11. Колчеев Ю. В. , Колчеева Н. М. Театральные игры в школе. М. : Школьная пресса. – 2000.
12. Мочалов, Ю.А. Композиция сценического пространства: Поэтика мизансцены. - М. : Просвещение, 1981. - 239 с.
13. Никитина А.Б., Витковская Ю.Н., Белюшкина И.Б.. Театр, где играют дети. М. : Владос, 2001. – 288 с.
14. Покровский, Б.А. Ступени профессии. М.: ВТО, 1984. – 343 с.
15. Рубина Ю.И. и др. Основы педагогического руководства художественной самостоятельностью школьников. М.: Просвещение, 1983.
16. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Музыкальное движение / методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания / 2-е издание, переработанное и дополненное. Санкт-Петербург: Издательский центр «Гуманитарная академия», 2000. – 319 с.

17. Сироткина, И.Е. Свободное движение и пластический танец в России. - Москва: Новое лит. обозрение, 2011. - 319 с.,

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_q_uot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/- о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
2. <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>. Методические и дидактические разработки по хореографии.
3. <http://horeograf.ucoz.ru/blog>. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
4. <http://www.gallery.balletmusic.ru> Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея
5. <http://www.balletmusic.ru> Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка
6. <http://www.josuonline.com>(CD для танца и балетного класса);
7. <http://www.horeograf.com>(все для хореографии и танцоров);
8. <http://sov-dance.ru/> - Национальная Академия Современной хореографии
9. <http://www.ballet.classical.ru/>- Маленькая балетная энциклопедия
10. <https://baletnik.nethouse.ru/>(Сборники А. Стрельниковой)
11. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам)
12. Веселая зарядка, видео с танцевальными движениями https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo
13. Мастер-класс «Базовые элементы танцевального направления «Хип-хоп культура» - <https://www.youtube.com/watch?v=h9vCMcNTMLo>
14. Видео уроки по хип-хопу, тренер Д. Никитин (7 видео уроков по хип-хопу: базовые движения. 3 вида кача: коленями, тазом и корпусом, совмещение простейших передвижений с базовым качем, раннинг мен, крис крос, роджер реббит) <https://dancedb.ru/hip-hop/education/video/382/#tempVideo>