

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Пермского края**

**Бардымский муниципальный округ**

**МАОУ "Бардымская гимназия им.Г.Тукая"**

**РАССМОТРЕНО**

Руководителем МО

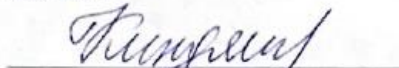


А.Р. Черникова

Протокол 1 от «28» августа  
2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по МР



А.А. Киндяшева

Протокол 1 от «28» августа  
2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МАОУ  
"Бардымская гимназия  
им. Г.Тукая"



Г.Р. Ибрагимова

Приказ № 271 от «29»  
августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета  
«Ритмическая  
гимнастика и  
аэробика»

для 5 класса основного общего образования

Составитель: Биктимирова Милена Ильфатовна  
учитель ритмики

Барда 2023

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

С целью совершенствования двигательных навыков и укрепления здоровья учащихся, в качестве учебного модуля программы «Физическая культура» в 5 классе третьим часом вводится предмет «Ритмика» – по 34 часа в год. Программа учебного модуля «Ритмика» составлена на основе примерной программы «Ритмика и танец» Е.Н. Пинаевой, преподавателя Пермского краевого колледжа искусств и культуры, рекомендованной научно-методическим центром по художественному образованию г.Москва, 2006 год. Ключевые аспекты программы учитывают цели и задачи образовательной программы и программы развития гимназии. Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и соответствует основным принципам государственной политики РФ в области образования, изложенным в Законе Российской Федерации «Об образовании».

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»**

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Уроки ритмики тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевою зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Учебный модуль «Ритмика» рассчитан на работу с детьми среднего школьного возраста на основе приобщения к традиционным культурным ценностям. Предметом обучения на уроках ритмики является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

В связи с тем, что в Бардымской гимназии реализуется этнокультурное содержание образования, на уроках ритмики вводится изучение народных танцев и композиций: танцы народов Прикамья, танцы народов мира, народные игры и музыкальные разминки.

В соответствии с ФГОС ООО с целью реализации системно-деятельностного подхода и развития валеологической культуры, а также в связи с реализацией приоритетного направления образовательного процесса в гимназии по развитию коммуникативных умений обучающихся, особое внимание уделяется таким видам учебной деятельности, как сообщения, рефераты, исследовательские и проектные работы, учебный проблемный диалог, дискуссии.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»**

Целью данной программы является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма.
- Совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям.
- Развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора.
- Формирование общих представлений о танцевальной культуре.
- Формирование культуры общения между собой и окружающими.
- Воспитание организованной, гармонически развитой личности.
- Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях.
- Развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности.

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Содержание разделов программы предполагает вариантность использования предлагаемого материала, (т.е. на каждом уроке используются задания всех разделов), выбор которого направлен на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

Программа состоит из 3-х разделов:

1. Хореографическая азбука.
2. Музыка и танец.
3. Танцевальные композиции.

**Первый раздел** предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков и умений, овладение большим объемом новых движений, развитие координации, формирование осанки и физических данных.

**Второй раздел** предусматривает приобретение учащимися знаний в области музыкальной грамоты, изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений.

**Третий раздел** предполагает изучение разноплановых танцев: народных, спортивных бальных, историко-бытовых, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые могут стать основой репертуара для сценической практики.

Общее число часов, отведённых на изучение предмета «Ритмика» в 5 классе составляет 34 часа (не менее 1 часа в неделю).

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## Модуль «ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ АЗБУКА»

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Развитие опорно-двигательного аппарата. Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног. Подбор упражнений, способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Ритмическая основа упражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса; Упражнения для рук; Упражнения для кистей рук; Упражнение для ног; Упражнение для ступней ног; Прыжки

### *Фигурная маршировка.*

Различные построение рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодий. Виды рисунков: - круг - змейка; - цепочка; - квадрат, - колонна; - шеренга; - диагональ; - зигзаг. Виды фигур: - круг в круге; - «звездочка»; - «воротца»; - сужение и расширение круга. Виды шагов и ходов: - танцевальный ход с носка; - шаг с пятки; - приставочный шаг; - шаг на полуприседаниях; - маршевый шаг; - галоп; - легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях; - бег лошадки.

### *Элементы классического танца.*

Изучаются на середине зала при неполной выворотности ног. Постановка корпуса, ног, рук, головы: - позиции ног - постановка стоп; - позиции рук: подготовительное положение - постановка корпуса, ног у станка (лицом к станку) в полувыворотных позициях; - preparation для руки у станка (держась одной рукой за станок); - наклон корпуса вперед, в сторону; - трамплинные прыжки.

### *Элементы народного танца.*

- положение рук на поясе; - положения рук в паре (в русском, белорусском танце); - шаг с приставкой; - шаг с подскоком; - притоп одинарный, тройной; - галоп; - подскок; - «ковырялочка»; - гармошка; - полуприсядка с выносом ноги вперед и в сторону; - присядка «мячик»; - хлопки в ладоши; - полька; - простейшие хлопушки; - вращение по точкам класса на месте.

### *Гимнастика.*

Упражнения для развития тела, физических данных. Упражнения предполагается исполнять на полу, на ковриках (партер). Задачи партерного экзерсиса: повысить гибкость суставов улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Партерный экзерсис: Упражнение на напряжение и расслабление мышц. Упражнение для направления мышц спины. Упражнение на укрепление мышц спины. Упражнение на развитие выворотности мышц брюшного пресса. Упражнение на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов.

## **Модуль «МУЗЫКА И ТАНЕЦ»**

Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Понятие о строении музыкальной и танцевальной речи.

Законченность мелодии и танцевального движения. Отражение в движениях построения музыкального произведения. Понятие о трёх музыкальных жанрах: марш – танец – песня. Знакомство с двухчастным и трёхчастным музыкального произведения.

Понятие о музыкальных темпах. Выполнение движений в различных темпах: переход из одного темпа в другой, ускорение и замедление заданного темпа, сохранение заданного темпа после прекращения звучания музыки.

Изучение элементов классического танца на середине зала при неполной выворотности ног. Постановка корпуса, ног, рук, головы.

Изучение элементов народного танца. Русского народного танца «Плясовая».

Элементы бального танца. Знакомство с основными правилами поведения в парном танце:

-приглашение на танец;

-постановка исполнителей в паре: положение корпуса, положение рук, ведущая роль партнёра.

Воспитание уважительного отношения партнёров друг к другу. Развитие навыков исполнения парного танца.

## **Модуль «ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМПОЗИЦИИ»**

Освоение композиционного пространства. Навыки коллективного исполнительства. Обогащение исполнительской выразительности. Понятие об коллективе, как согласованном действии исполнителей. Отработка танцевальных композиций.

Исследовательская работа. Формирование коммуникативных навыков. Научить правильно и выразительно исполнять характерные движения танцев. Воспитание уважения к традициям и культуре народов мира. Воспитать стремление к четкому, правильному и красивому исполнению народного танца.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Методическое обеспечение программы**

На уроках ритмики применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию рисунков, фото, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

## Предполагаемые результаты

	Личностные	Метапредметные	Предметные
<b>Знать</b>	<p>– о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;</p> <p>- правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.</p> <p>- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.</p>	<p>- знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.</p> <p>- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами</p>	<p>- необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;</p> <p>танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты</p>
<b>Уметь</b>	<p>- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.</p> <p>- соблюдать правила поведения в танц. классе и дисциплину;</p> <p>- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).</p> <p>- выражать себя в</p>	<p>- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей</p> <p>- контролировать и оценивать</p>	<p>- работать с танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы народных танцев, (основные движения и ходы).</p> <p>- импровизировать;</p> <p>- работать в группе, в коллективе.</p> <p>- выступать перед</p>



	различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.	процесс и результат деятельности;  - договариваться и приходиться к общему решению в совместной деятельности;	публикой, зрителями.
<b>Применять</b>	- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия ; -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.	- полученные сведения о многообразии танцевального искусства красивую, правильную, четкую, звучную речь как средство полноценного общения. способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья	- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект -иметь необходимый первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Дата изучения		Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	
		всего	контрольные работы	практические работы				
<b>Раздел 1. ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ АЗБУКА</b>								
1.1.	Вводный урок. Инструктаж по правилам техники безопасности на уроках ритмической гимнастики и аэробики. Правила личной гигиены и основы ЗОЖ.	1		1	Инструктаж по правилам техники безопасности на уроках ритмической гимнастики и аэробики. Правила личной гигиены и основы ЗОЖ. Повторение материала начальной степени.		Устный опрос	
1.2.	Вспомогательные упражнения на растяжку и выворотность. Классический экзерсис на середине. Этюды.	1		1	Учатся правильно владеть приемами пластики и точно воспроизводят упражнения экзерсиса. Тренируются и совершенствуются			<a href="https://гранитанца.рф/советы/топ-9-упражнений-для-выворотности/">https://гранитанца.рф/советы/топ-9-упражнений-для-выворотности/</a>

					нствуют физическую форму.			
1.3.	Азбука музыкального движения.	1		1	Расширяют теоретическую и практические знания, понятия: "исполнительная выразительность", "законченность элемента", "композиционный рисунок". Анализируют содержание музыкального сопровождения. Формируют музыкальные восприятия и чувства ритма.			Барышников а Т. «Азбука хореографии», методическое пособие, «Айрис-пресс», Москва, 2000 г.
1.4.	Партерная гимнастика с элементами йоги.	1		1	Разучивают комплекс упражнений на растяжку. Совершают физическое			<a href="https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягкова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf">https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_XТ-Богомягкова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf</a>

					форму.			
1.5.	Партерная гимнастика, строевая подготовка	1		1	Выполняют комплекс упражнений на растяжку, фигурную маршрутку, перестроения. Тренировка и совершенствование физической формы учащихся.			<a href="https://gimnastikaspport.ru/sportivnaya/trenirovki/stroevyye-uprazhneniya.html">https://gimnastikaspport.ru/sportivnaya/trenirovki/stroevyye-uprazhneniya.html</a>

Итого по разделу

5

## Раздел 2. МУЗЫКА И ТАНЕЦ

2.1.	«Венский вальс». Элементы бального танца.	1		1	Разучиваем элементы вальса. «Дорожка», поворот вальса, основы парных элементов в вальсе.			<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13637274470584814707&amp;from=tabbar&amp;parent-reqid=1660891389562564-3491459316425986821-vla1-4682-vla-17-balancer-8080-BAL-7169&amp;text=Элементы+бального+танца.">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13637274470584814707&amp;from=tabbar&amp;parent-reqid=1660891389562564-3491459316425986821-vla1-4682-vla-17-balancer-8080-BAL-7169&amp;text=Элементы+бального+танца.</a>
2.2.	«Танцы народов Прикамья». Особенности народного танца в башкирской танцевальной культуре.	2		2	Расширяют теоритические и практические знания: костюм, музыка, элементы башкирского			<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11985950730150624986&amp;suggest_reqid=303487383161236815614252789011044&amp;text=Особенности+народного+танца+в+башкирской+">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11985950730150624986&amp;suggest_reqid=303487383161236815614252789011044&amp;text=Особенности+народного+танца+в+башкирской+</a>

					<p>народного танца.          Основные положения рук.          Характерные движения у девочек и мальчиков.          Учатся правильно и выразительно исполнять характерные движения.          Воспитание уважения к традициям и культуре своего народа.</p>			
2.3.	<p>Русский народный танец.</p> <p>Особенности русского народного танца, основные элементы танцевальной культуры.</p>	2		2	<p>Разучивают элементы русского народного танца: положения рук, шаги, фигуры, парные элементы.          Учатся правильно и выразительно исполнять характерные движения.          Воспитывают в себе стремление к четкому,</p>			<p><a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6215622625778556485&amp;suggest_reqid=303487383161236815614799839510574&amp;text=Особенности+русского+народного+танца%2C+основные+элементы+танцевальной+культуры.">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6215622625778556485&amp;suggest_reqid=303487383161236815614799839510574&amp;text=Особенности+русского+народного+танца%2C+основные+элементы+танцевальной+культуры.</a></p>

					правильно му и красивому исполнени ю задания.			
2.4.	Комплекс аэробики, базовые шаги и способы их составления	4	1	3	Составляю т из разученны х блоков комплекс упражнен ий различной направлен ности. Кик, крест, выпад, прыжки со взмахами и сменой ног.			<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8725982572049563561&amp;suggest_reqid=303487383161236815615160192828556&amp;text=Комплекс+аэробики%2C+базовые+шаги+и+способы+их+составления">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8725982572049563561&amp;suggest_reqid=303487383161236815615160192828556&amp;text=Комплекс+аэробики%2C+базовые+шаги+и+способы+их+составления</a>

Итого по разделу

9

### Раздел 3. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМПОЗИЦИИ

3.1.	Вальс "Дружба"	5	1	4	Разучива ют венский вальс			<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10473390737049811814&amp;suggest_reqid=303487383161236815615650204934356&amp;text=Вальс+%22Дружба%22">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10473390737049811814&amp;suggest_reqid=303487383161236815615650204934356&amp;text=Вальс+%22Дружба%22</a>
3.2.	Башкирский парный танец «Весенняя капель»	5	1	4	Учатся правильн о и выразите льно исполнят ь характер ные движени я. Воспиты вают стремлен ие к четкому, правильн ому и красиво му			<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12995749635912571247&amp;suggest_reqid=303487383161236815616115178568335&amp;text=Башкирский+парный+танец+«Весенняя+капель»">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12995749635912571247&amp;suggest_reqid=303487383161236815616115178568335&amp;text=Башкирский+парный+танец+«Весенняя+капель»</a>

					исполнению народног о танца.			
3.3.	Русский стилизованный танец «Метелица»	2		2	Разучиваем русский танец. Воспитывают в себе культуры общения с противоположным полом.			
3.4.	Модерн: «Линейный танец», «Круговой танец».	5	1	4	Разучиваем танцы на развитие координации. Совершенствуют технику исполнения движений.			
3.5.	«Латиноамериканский танец «Ча-ча-ча» и «Самба»  Базовая композиция.	3	1	2	Разучиваем базовый комплекс латиноамериканской программы спортивных танцев. Совершенствуют исполнительскую технику.			
Итого по разделу		20						

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	5	29	
-------------------------------------	----	---	----	--



## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Вводный урок.	1				Устный опрос
2.	Элементы бального танца.	1		1		
3.	Вальс "Дружба"	1		1		
4.	Вальс "Дружба"	1		1		
5.	Вальс "Дружба"	1		1		
6.	Вальс "Дружба"	1		1		
7.	Растяжка и выворотность	1		1		
8.	Азбука музыкального движения	1		1		
9.	Повторение, подведение итогов I четверти	1	1			Зачет
10.	Особенности башкирского танца	1		1		
11.	Особенности башкирского танца	1		1		
12.	Башкирский танец "Весенняя капель"	1		1		
13.	Башкирский танец "Весенняя капель"	1		1		

14.	Башкирский танец "Весенняя капель"	1		1		
15.	Башкирский танец "Весенняя капель"	1		1		
16.	Повторение, подведение итогов II четверти	1	1			Зачет
17.	Партерная гимнастика с элементами йоги	1		1		
18.	Особенности русского народного танца	1		1		
19.	Особенности русского народного танца	1		1		
20.	Русский стилизованный танец "Метелица"	1		1		
21.	Русский стилизованный танец "Метелица"	1		1		
22.	Русский стилизованный танец "Метелица"	1		1		
23.	Русский стилизованный танец "Метелица"	1		1		
24.	"Линейный танец"	1		1		
25.	"Круговой танец"	1		1		
26.	Повторение, подведение итогов	1	1			Зачет

	III четверти					
27.	Партерная гимнастика с элементами йоги	1		1		
28.	Комплекс аэробики и способы их составления	1		1		
29.	Базовые шаги	1		1		
30.	Базовые шаги	1		1		
31.	Композиция из базовых шагов	1	1			Самостоятельная работа
32.	Ча-ча-ча	1		1		
33.	Самба	1		1		
34.	Повторение и подведение итогов IV четверти, года	1	1			Зачет
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	5			

### ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. *Лифиц И.* Ритмика. Часть 2. Хрестоматия. Методическое пособие для учащихся педагогических училищ и учителей общеобразовательных школ. Исследовательский центр по проблемам управления качеством подготовки специалистов. М., 1992.
2. *Ваганова А.* Основы классического танца. 2001.

### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Пинаева Е.А. Примерная программа «Ритмика и танец» для общеобразовательных школ с углубленным изучением предметов художественно-эстетического цикла, Москва, 2006г.
2. Синяева Н.А. Программа «Классический танец» для общеобразовательных школ с углубленным изучением предметов художественно-эстетического цикла (3-7 класс), Пермь, 2000г.
3. Ольга Савчук «Школа танцев для детей от 3 до 14», методическое пособие, Ленинградское издательство, 2009 г.
4. Картавых Н., Карпович О. «Школа танцев для тетей. Бальные танцы», методическое пособие, Ленинградское издательство, 2011 г.
5. Барышникова Т. «Азбука хореографии», методическое пособие, «Айрис-пресс», Москва, 2000 г.
6. Чупаха И.В., Пужаева, Соколова И.Ю. «Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе», Москва, 2003 г.
7. Мусина Н.Д, Сентябов С.Д. Методическое пособие по теории и методике народного танца., Казань, 1998 г.
8. Васильева Т.К. « Секрет танца» , методическое пособие, «Диамант», С-Петербург, 1997 г.

### 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/](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. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com).
3. <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>
4. <https://horeograf.ucoz.ru/blog/> Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
5. Веселая зарядка – Видео с танцевальными движениями  
[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=31&v=3ILs\\_uu5arQ&feature=em\\_b\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em_b_logo)

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

---

### **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

- учебный кабинет, оснащенный зеркалами и станком;
- музыкальный центр;
- ноутбук;
- телевизор;
- фонотека; диски DVD, CD, аудиозаписи;
- наглядные демонстрационные пособия;
- литература, методические пособия.

### **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

- учебный кабинет, оснащенный зеркалами и станком;
- музыкальный центр;
- ноутбук;
- телевизор.