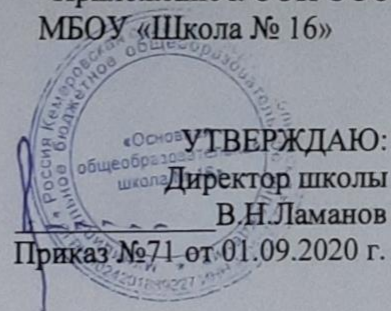


Приложение к ООП ООО
МБОУ «Школа № 16»



УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
В.Н.Ламанов
Приказ №71 от 01.09.2020 г.

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа № 16»
(МБОУ «Школа № 16»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ритмика

Срок реализации – 4

Количество часов в неделю – 1

Количество часов в год – 33,34

Составитель:

Солобучева М.С.
педагог доп.обр.

«РИТМИКА»

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» предназначена для учащихся начальной общеобразовательной школы.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

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. Занятия по ритмике и танцам направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Цель программы заключается в общем развитии личности ребенка средствами музыки, ритмических и танцевальных движений.

Задачи:

- укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки; содействие профилактике плоскостопия; снижение психического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и ж.д.);
- совершенствование психомоторных способностей (развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей, развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев);
- развитие творческих и созидательных способностей детей (развитие мышления, воображения, познавательной активности, расширение кругозора; формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку; воспитание умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях);
- поддерживать увлечение занятиями музыкой и пластикой.

Курс внеурочной деятельности «Ритмика» изучается в 1 - 4 классах, включает в себя 135 часов, из них 33 часа в год в 1 классах и по 34 часа в год во 2-4 классах. Занятия проводятся 1 раз в неделю во внеурочное время. Курс реализует спортивно-оздоровительное направление развития личности.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Ритмика».

К числу планируемых результатов освоения курса отнесены:

- 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
- обнаружение ошибок при выполнении 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
- выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Планируемый результат:

- владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений;
- умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно;
- знание основных особенностей танцев народов мира;
- умение свободно импровизировать;
- знание основ теории хореографического искусства, его направлений.

Основные показатели танцевальной культуры и эстетической воспитанности детей:

- музыкальность и выразительность;
- правдивость и искренность в передаче танцевального образа;
- благородство манеры исполнения;
- осмысленное отношение к танцу как художественному произведению;
- понимание единства формы и содержания танца;
- эмоциональное восприятие хореографического искусства;
- способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение;
- наличие нравственной воспитанности выражающейся в поведении в коллективе, в трудолюбии, взаимопомощи и доброжелательности.

По окончании 1-го года обучения воспитанники должны:

- знать основы музыкальной грамоты;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- знать основные движения изучаемых танцев;
- уметь держать правильную осанку;
- уметь работать в группе.

По окончании 2-го года дети должны:

- уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- знать основные движения изучаемых танцев;
- иметь правильную осанку;
- уметь правильно выполнять основные упражнения классического танца у палки.

По окончании 3-го года дети должны:

- уметь определять структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве перестраиваться в любые рисунки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;

- знать и уметь исполнять движения изученных танцев, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии;
- знать происхождение изучаемых танцев.

По окончании 4-го года дети должны:

- уметь определять структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве перестраиваться в любые рисунки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- знать и уметь исполнять движения изученных танцев, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии;
- знать происхождение изучаемых танцев.

Методическое содержание программы

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам учебных предметов:

«Музыка», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

«Литературное чтение», где дети знакомятся с литературными произведениями, которые лягут в основу предстоящей постановки ритмопластического действия.

- «Окружающий мир», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и физкультурой и по построению занятия, и по его насыщенности, Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки каждое занятие имеет конкретную цель - тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физической культурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

В связи с этим педагогу рекомендуется использовать следующие методы

- Беседа в виде вопросов и ответов;
- Прослушивание и анализ музыки;
- Наглядный метод - практический качественный показ педагогом движений;
- Словесный метод - объяснение, желательно образное;
- Постоянное повторение пройденного;
- Игровой метод изложение учебного материала в игровой форме.

Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям. Занятия должны проходить в хорошем темпе, не следует слишком долго отрабатывать то и то же движение.

Содержание курса внеурочной деятельности «Ритмика» 1 КЛАСС

Тема 1. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Музыкально-ритмическая композиция «Веселые путешественники». Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, ног. Упражнения, способствующие разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Постановка музыкально - ритмической композиции «Веселые путешественники». Музыка М. Старокадомского.

Тема 2. Виды шагов и ходов. Музыкально-ритмическая композиция «Рыбачок». Танцевальный шаг с носка. Шаг с пятки. Шаг на полупальцах. Приставной шаг. Шаги на полуприседании. Маршевый шаг. Галоп. Подскок. Легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях, Постановка музыкально-ритмической композиции «Рыбачок». Музыка М. Старокадомского.

Тема 3. Прыжки. Музыкально - ритмическая композиция «Чебурашка». Прыжки на обеих ногах, на одной ноге (по 2-4-6-8 раз на каждой), прыжок с поворотом, перескок с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны, подскоки, легкий бег. Постановка музыкально-ритмической композиции «Чебурашка». Музыка В. Шаинского.

Тема 4. Виды рисунков танца. Музыкально-ритмическая композиция «Плюшевый медвежонок». Круг. Змейка. Цепочка. Квадрат. Колонна. Шеренга. Диагональ. Зигзаг. Постановка музыкально-ритмической композиции «Плюшевый медвежонок». Музыка В. Кривцова.

Тема 5. Виды фигур. Музыкально - ритмическая композиция «Разноцветная игра». Круг в круге. Звездочка. Ворота. Сужение и расширение круга. Постановка музыкально-ритмической композиции «Разноцветная игра». Музыка Б. Савельева.

Тема 6. Элементы народного танца. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы-неваляшки». Положение рук на поясе». Положение рук в паре. Шаг с приставкой. Шаг с подскоком. Притоп одинарный, тройной. Подскок. «Ковырялочка». «Гармошка». Полуприсядка с выносом ноги вперед и в сторону. Хлопки в ладоши. Вращение на месте. Постановка музыкально-ритмической «Куклы-неваляшки». Музыка 3. Левиной.

Тема 7. Балетная осанка. Музыкально-ритмическая композиция «Кузнечик». Упражнения для развития тела, физических данных, формирования осанки. Музыкально-ритмическая композиция «Кузнечик». Музыка В. Шаинского.

Тема 8. Подготовка к итоговому занятию. Повторение пройденного материала.

Тема 9. Итоговое занятие. Концерт для родителей и одноклассников.

Содержание курса внеурочной деятельности «Ритмика» 2 КЛАСС

Тема 1. Развитие отдельных групп мышц. Фигурная маршировка. Музыкально-ритмическая композиция «Марш». Различные построения рисунков и фигур. Развитие ориентировки в пространстве. Использование различных видов шагов. Постановка музыкально-ритмической композиции «Марш». Музыка Г. Свиридова. Общеразвивающие упражнения.

Тема 2. Партерный эскерсис. Музыкально-ритмическая композиция «Белочка». Задачи партерного эскиза: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Упражнения выполняются на полу на ковриках (партер); упражнения на напряжение и расслабление мышц, упражнения для формирования правильной осанки, упражнения для укрепления мышц спины, упражнения на укрепление брюшного пресса, упражнения на развитие подвижности голеностопного, тазобедренного суставов. Постановка музыкально-ритмической композиции «Белочка». Музыка В. Шаинского.

Тема 3. Элементы классического танца. Музыкально-ритмическая композиция «Белые кораблики». 1, 2, 3 позиции ног. Постановка ног. Позиции рук. Battement tendu в 1 и 3 позициях. Demi pile в 1 и 3 позициях. Постановка музыкально-ритмической композиции «Белые кораблики». Музыка В. Общеразвивающие упражнения.

Тема 4. Музыка и движение. Музыкально-ритмическая композиция «Едем к бабушке в деревню». Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Постановка музыкально-ритмической композиции «Едем к бабушке в деревню». Грузинская народная песня. Общеразвивающие упражнения.

Тема 5. Структура музыкальной и танцевальной речи. Музыкально-ритмическая композиция «Лошадки». Понятие о строении музыкальной и танцевальной речи (мотив, музыкальная фраза, музыкальное предложение. Законченность мелодии и танцевального движения. Постановка музыкально-ритмической композиции «Лошадки».

Тема 6. Музыкальное вступление и исходное положение танцующего. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята». Понятие о музыкальном вступлении. Начало исполнения движения после музыкального вступления. Постановка музыкально-ритмической композиции «Цыплята». Азербайджанская народная песня.

Тема 7. Основные музыкальные жанры. Музыкально-ритмическая композиция «Чунга-Чанга». Понятие о трех музыкальных жанрах: песня, танец, марш. Постановка музыкально-ритмической композиции «Чунга-Чанга». Музыка В. Шаинского. Общеразвивающие упражнения.

Тема 8. Темп музыкального произведения в танцевальных движениях. Музыкально-ритмическая композиция «Красная шапочка». Понятие о музыкальных темпах. Классификация музыкальных темпов: медленный, умеренный, быстрый. Выполнение движений в различных темпах. Переход из одного темпа в другой; ускорение и замедление заданного темпа, сохранение заданного темпа. Постановка музыкально-ритмической композиции «Красная шапочка». Музыка А. Рыбникова.

Тема 9. Подготовка к итоговому занятию. Повторение пройденного материала. Танцевальные импровизации детей под заданные мелодии. Общеразвивающие упражнения.

Тема 10. Итоговое занятие. Концерт для родителей и одноклассников.

Содержание курса внеурочной деятельности «Ритмика» 3 КЛАСС

Тема 1. Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях. Музыкально-ритмическая композиция «Кот Леопольд». Понятие о динамике музыкального произведения. Динамические контрасты в связи со смысловым содержанием музыкального произведения. Определение на слух динамических оттенков музыки. Выполнение упражнений с различной амплитудой и силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального произведения. Использование образных упражнений «Ветер и ветерок», «Волны большие и маленькие», «Лес шумит». Постановка музыкально-ритмической композиции «Кот Леопольд» Музыка Б. Савельева.

Тема 2. Ладовая окраска музыкального произведения. Характер музыки и его отражение в танцевальных движениях. Музыкально-ритмическая композиция «Три поросенка». Знакомство с ладами музыки: мажорный лад, минорный лад. Выполнение образных упражнений: «Дождь и солнце», «Арлекин и Пьеро», «Несмеяна и Емеля». Этюды- импровизации на создание различных образов, развивающие творческую активность. Постановка музыкально-ритмической композиции «Три поросенка». Музыка Н. Ефремова

Тема 3. Метроритм. Музыкально-ритмическая композиция «Антошка». Понятие о метре, ритме, ритмическом рисунке. Воспроизведение разнообразных ритмических рисунков. Упражнения на акцентирование первой доли такта ударом мяча, притопом ноги, хлопком в ладоши, Постановка музыкально-ритмической композиций «Антошка».

Тема 4. Парные композиции. Танец-игра «Найди себе пару». Знакомство с основными правилами поведения в парном танце: приглашение на танец: постановка исполнителей в паре; положение корпуса лицом друг к другу, лицом по линии танца, лицом против линии танца и др.; положение рук; ведущая роль партнера. Танец – игра «Найди себе пару».

Тема 5. Изучение образных танцев. «Дождя не боимся», «Улыбка», «Пчелка», «Горжественный танец», «Танец кукол и мишки» и прочие по выбору преподавателя. Общеразвивающие упражнения.

Тема 6. Изучение танцев в современных ритмах. «Паровозик», «Буратино», «Стирка» и прочие по выбору преподавателя. Танцевальные импровизации детей под заданные мелодии. Общеразвивающие упражнения.

Тема 7. Подготовка к итоговому занятию. Повторение пройденного материала. Танцевальные импровизации детей под заданные мелодии. Общеразвивающие упражнения.

Тема 8. Итоговое занятие. Концерт для родителей и одноклассников.

Содержание курса внеурочной деятельности «Ритмика»

4 КЛАСС

Тема 1. Марш «Улыбка». Ритмический счет. Перестроения из одной колонны в два круга. Упражнения для развития тела, физических данных, формирования осанки.

Тема 2. Эстрадный марш. Марш на месте и по кругу. Перестроения. Волнообразные движения корпуса с шагами. Ориентация в пространстве. Ритмические движения в разных темпах.

Тема 3. Марш-парад. Фигурная маршировка. Композиционное пространство. Ритмико-танцевальные композиции.

Тема 4. Марш из кинофильма «Формула любви». Постановка музыкально-ритмической композиции Г. Гладкова. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца.

Тема 5. Школьная кадрили. Упражнения на различение элементов танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание танца.

Тема 6. А. Журбин. Олимпийский вальс. Изучение вальса: реверанс в ритме вальса; balause в паре; “дорожка” вальса вперед, назад. Разучивание композиции вальса.

Тема 7. Хоровод «Калинка». Упражнения для развития тела, физических данных, формирования осанки. Постановка музыкально-ритмической композиции.

Тема 8. Новогодняя полька. История возникновения, характерные особенности, основные движения. Разучивание движений. Упражнения для развития позвоночника. Постановка музыкально-ритмической композиции.

Тема 9. Берлинская полька. Основные движения танца «Полька». Галоп по линии танца, подскоки по линии танца, «Полька» по линии танца, хлопушки и прыжки. Постановка музыкально-ритмической композиции.

Тема 10. И. Штраус. Полька «Анна». Постановка музыкально-ритмической композиции. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца.

Тема 11. «Если нравится тебе» музыкальная игра. Танцевальные движения, общеразвивающие упражнения, образно-танцевальные композиции (из ранее разученных движений).

Тема 12. Музыкально-ритмическая композиция «Добрый жук». Музыкально — танцевальные игры. Постановка музыкально-ритмической композиции А. Спадавеккиа. Игровые этюды.

Тема 13. «Сара - Барабу» музыкально-ритмическая композиция. Постановка музыкально-ритмической композиции. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца.

Тема 14. Музыкально-ритмическая композиция «Бабка –Ежка». Постановка музыкально-ритмической композиции. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца.

Тема 15. Музыкально-ритмическая композиция «Капитан». Постановка музыкально-ритмической композиции И. Дунаевского. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца.

Тема 16. Круговой галоп. Танцевальный бег (ход на полу на пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия. Разучивание танца.

Тема 17. В. Косма. Итальянский танец. История возникновения, характерные особенности, основные движения. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца. Танцевальные импровизации детей под заданные мелодии.

Тема 18. В. Косма. Испанский танец. История возникновения, характерные особенности, основные движения. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца. Танцевальные импровизации детей под заданные мелодии.

Тема 19. Д. Элингтон. Восточный танец. История возникновения, характерные особенности, основные движения. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца. Танцевальные импровизации детей под заданные мелодии.

Тема 20. «Кантри» музыкально-ритмическая композиция. История возникновения, характерные особенности, основные движения. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танца. Танцевальные импровизации детей под заданные мелодии.

Тема 21. «Танец белых кошечек и черных котов». Постановка музыкально-ритмической композиции. Игровые этюды. Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика. Музыкально — танцевальные игры.

Тема 22. Повторение пройденного за год. Повторение пройденного материала. Концерт для родителей и одноклассников.

**Тематическое планирование
курса внеурочной деятельности «Ритмика» - 1 класс**

№ темы	№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Примечание
1		Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Музыкально-ритмическая композиция «Веселые путешественники»	4			
	1	Знакомство. Развитие отдельных групп мышц.	1		1	
	2	Развитие подвижности суставов.	1		1	
	3	Изучение музыкально-ритмических композиций «Веселые путешественники», «Плюшевый медведь»	1		1	
	4	Упражнения на координацию «Музыкальное путешествие»	1		1	
2		Виды шагов и ходов. Музыкально-ритмическая композиция «Рыбачок»	8			
	5	Виды шагов. Шаг на полуприседании	1		1	
	6	Танцевальный шаг с носка	1		1	
	7	Шаг с пятки. Шаг на полупальцах	1		1	
	8	Маршевый шаг. Приставной шаг	1		1	
	9	Шаги на полуприседаниях	1		1	
	10	Галоп. Подскоки	1		1	
	11	Легкий бег с отбрасыванием как один из видов шагов. Музыкально-ритмическая композиция «Рыбачок»	1		1	
	12	Виды шагов. Музыкально-ритмическая композиция «Рыбачок». Прыжки на обеих ногах, на одной ноге.	1		1	
3		Прыжки. Музыкально- ритмическая композиция «Чебурашка»	5			
	13	Виды прыжков. Прыжки на обеих ногах. Прыжок с поворотом. Перескок с одной ноги на другую.	1		1	
	14	Виды прыжков. Прыжки с поворотом. Повторение изученных движений. Музыкально-ритмическая композиция «Метелица»	1		1	
	15	Виды шагов. Музыкально-ритмическая композиция «Метелица» - повтор движений. Перескок с одной ноги на другую с отведенной работой ноги.	1		1	
	16,17	Прыжки. Разбор музыкально-ритмической композиции «Российский Дед Мороз». Повторение изученных движений.	2		1	
4		Виды рисунков танца. Музыкально-ритмическая композиция «Плюшевый медвежонок»	3			
	18	Виды рисунков танца. Круг. Змейка	1		1	
	19	Рисунки в танце. Цепочка. Квадрат	1		1	

	20	Рисунки в танце. Колонна. Шеренга. Постановка музыкально-ритмической композиции «Плюшевый медвежонок»	1		1	
5		Виды фигур. Музыкально - ритмическая композиция «Разноцветная игра»	4			
	21	Виды фигур. Круг в круге	1	1		
	22	Виды фигур. «Звездочка». «Ворота»	1	1		
	23	Постановка музыкально- ритмической композиции «Разноцветная игра»	1		1	
	24	Музыкально-ритмическая композиция «Разноцветная игра»	1		1	
6		Элементы народного танца. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы-неваляшки».	4			
	25	Элементы народного танца. Положение рук на поясе	1		1	
	26	Народный танец. Положение рук в паре. Шаг с приставки	1		1	
	27	Народный танец. Шаг с подскоком. Галоп. Подскок	1		1	
	28	Элементы народного танца. Музыкальная композиция «Куклы»	1		1	
7		Балетная осанка. Музыкально-ритмическая композиция «Кузнечик»	3			
	29	Балетная осанка. Упражнения на развитие тела.	1		1	
	30	Балетная осанка. Упражнения на формирование осанки	1		1	
	31	Балетная осанка. Музыкально-ритмическая композиция «Кузнечик»	1		1	
8	32	Подготовка к итоговому занятию	1		1	
	33	Итоговое занятие	1		1	
		Итого	33	2	31	

**Тематическое планирование
курса внеурочной деятельности «Ритмика» - 2 класс**

№ темы	№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Примечание
1		Развитие отдельных групп мышц. Фигурная маршировка. Музыкально-ритмическая композиция «Марш»	5			
	1,2	Развитие отдельных групп мышц. Фигурная маршировка	2	1	1	
	3	Фигурная маршировка. Использование различных видов шагов	1		1	
	4,5	Постановка музыкально-ритмической композиции «Марш»	2		2	
2		Партерный экзерсис. Музыкально-ритмическая композиция «Белочка»	5			
	6,7	Партерный экзерсис	2	1	1	
	8,9,10	Постановка музыкально-ритмической композиции «Белочка»	3		3	
3		Элементы классического танца. Музыкально-ритмическая композиция «Белые кораблики»	5			
	11	Элементы классического танца. Позиции ног. Позиции рук	1		1	
	12,13,14 15	Элементы классического танца. Постановка музыкально-ритмической композиции «Белые кораблики»	4		4	
4	16,17	Музыка и движение. Музыкально-ритмическая композиция «Едем к бабушке в деревню»	2		2	
5		Структура музыкальной и танцевальной речи. Музыкально-ритмическая композиция «Лошадки»	3			
	18	Мотив, фраза, предложение	1	1		
	19,20	Постановка музыкально-ритмической композиции «Лошадки»	2		2	
6		Музыкальное вступление и исходное положение танцующего. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята»	2			
	21	Музыкальное вступление и исходное положение танцующего	1		1	
	22	Постановка музыкально-ритмической композиции «Цыплята»	1		1	
7		Основные музыкальные жанры. Музыкально-ритмическая композиция «Чунга-Чанга»	3			
	23	Основные музыкальные жанры.	1	1		
	24,25	Постановка музыкально-ритмической композиции «Чунга-Чанга»	2		2	
8		Темп музыкального произведения в танцевальных движениях. Музыкально-ритмическая композиция «Красная шапочка»	5			
	26	Темп музыкального произведения в	1		1	

		танцевальных движениях.				
	27	Классификация музыкальных темпов: медленный, умеренный, быстрый.	1		1	
	28	Выполнение движений в различных темпах	1		1	
	29	Переход из одного темпа в другой. Замедление, ускорение.	1		1	
	30	Постановка музыкально-ритмической композиции «Красная шапочка»	1		1	
9	31,32,33	Подготовка к итоговому занятию	3		3	
10	34	Итоговое занятие	1		1	
		Итого	34	4	30	

**Тематическое планирование
кружка внеурочной деятельности «Ритмика» - 3 класс**

№ темы	№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Примечание
1		Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях. Музыкально-ритмическая композиция «Кот Леопольд»	5			
	1	Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях	1		1	
	2	Понятие о динамике. Динамические контрасты	1	1		
	3	Определение на слух динамических оттенков	1		1	
	4	Выполнение образных упражнений	1		1	
	5	Постановка музыкально-ритмической композиции «Кот Леопольд»	1		1	
2		Ладовая окраска музыкального произведения. Характер музыки и его отражение в танцевальных движениях. Музыкально-ритмическая композиция «Три поросенка»	5			
	6	Ладовая окраска музыкального произведения	1		1	
	7	Характер музыки и его отражение в танцевальных движениях	1		1	
	8,9,10	Постановка музыкально-ритмической композиции «Три поросенка»	3		3	
3		Метроритм. Музыкально-ритмическая композиция «Антошка»	5			
	11	Метроритм. Понятия «метр» и «ритм»	1	1		
	12	Метроритм. Длительности нот. Воспроизведение ритмических рисунков	1		1	
	13	Метроритм. Сильная и слабая доли	1		1	
	14,15	Метроритм. Музыкально-ритмическая композиция «Антошка»	2		2	
4		Парные композиции. Танец-игра «Найди себе пару»	5			
	16,17	Парные композиции. Основные правила поведения в парном танце	2	1	1	
	18,19,20	Парные композиции. Танец-игра «Найди себе пару»	3		3	
5		Изучение образных танцев	5			
	21	Изучение образных танцев	1		1	
	22	«Дождя не боимся»	1		1	
	23	«Улыбка», «Пчелка»	1		1	
	24	«Торжественный танец»	1		1	
	25	«Танец кукол и мишки»	1		1	
6		Изучение танцев в современных	5			

		ритмах				
	26,27	«Паровозик»	2		2	
	28,29	«Буратино»	2		2	
	30	«Стирка»	1		1	
7	31,32,33	Подготовка к итоговому занятию	3		3	
8	34	Итоговое занятие	1		1	
		Итого	34	3	31	

**Тематическое планирование
кружка внеурочной деятельности «Ритмика» - 4 класс**

№ темы	№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Примечание
1	1	Марш «Улыбка»	1		1	
2	2	Эстрадный марш	1		1	
3	3	Марш-парад	1		1	
4	4	Марш из кинофильма «Формула любви»	1	1	3	
5	5,6	Школьная кадриль	2	1	1	
6	7,8	А. Журбин. Олимпийский вальс	2		2	
7	9, 10	Хоровод «Калинка»	2		2	
8	11, 12	Новогодняя полька	2		2	
9	13, 14	Берлинская полька	2		2	
10	15, 16	И. Штраус. Полька «Анна»	2		2	
11	17	«Если нравится тебе» музыкальная игра	1		1	
12	18	Музыкально- ритмическая композиция «Добрый жук»	1		1	
13	19	«Сара - Барабу» музыкально-ритмическая композиция	1		1	
14	20	Музыкально- ритмическая композиция «Бабка –Ежка»	1		1	
15	21	Музыкально –ритмическая композиция «Капитан»	1		1	
16	22	Круговой галоп	1		1	
17	23,24	В. Косма. Итальянский танец	2		2	
18	25, 26	В. Косма. Испанский танец	2		2	
19	27, 28	Д. Элингтон. Восточный танец	2		2	
20	29, 30	«Кантри» музыкально-ритмическая композиция	2		2	
21	31, 32	«Танец белых кошечек и черных котов»	2		2	
22	33,34	Повторение пройденного за год	2	1	1	
		Итого	34	3	31	