

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 1»  
г. Бологое, Тверской области**

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Ю.В. Захарнева  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_ 2022г.

СОГЛАСОВАНО  
зам. директора по ВР  
\_\_\_\_\_ О.С. Чагиной  
\_\_\_\_\_ 2022г.

РАССМОТРЕНО  
на заседании кафедр  
\_\_\_\_\_ Н.А. Лукашина  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_ 2022г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

кружка по танцам

«Ритмика»

Срок реализации : 1 год

**Разработала:**  
Мергалиев Т.Р.

## Пояснительная записка

Танцы на современном этапе в обществе более чем популярны. Они становятся формой проведения досуга, полезного для морального и физического здоровья. Танцевальный бизнес сегодня один из самых прибыльных. Растет интерес молодежи к танцевальным клубам, кружкам, программам, соревнованиям и марафонам. Именно поэтому появилась необходимость создать данную программу

Образовательная область занятиями в кружке призвана формировать у учащихся потребности в бережном отношении к своему здоровью. В процессе усвоения учебного материала в кружке формируются движения органически связанные с музыкой, содействующие воспитанию эмоциональной отзывчивости ребенка на музыку, развитие музыкального слуха, памяти, ритма и совершенствования основных движений. Танцы - один из любимых и популярных видов искусства - дают широкие возможности в деле физического, эстетического и этического воспитания детей.

Планомерные систематические тренировки с постепенно возрастающей нагрузкой развивают мышцы, укрепляют связки, придают гибкость, подвижность суставов, помогают гармоничному росту детей. У них вырабатывается правильная осанка, походка, исправляются физические недостатки. Танцы развивают естественную грацию, музыкальную ритмичность. Занятия в танцевальном коллективе приучают детей к самодисциплине, ответственности, культуре внешнего вида. Занятия в кружке раскрывают индивидуальные возможности детей их творческие способности.

### **Цели и задачи:**

- *развитие творческих способностей учащихся*
- *сохранение и укрепление здоровья у учащихся*
- *привитие любви к танцевальным традициям*
- *развитие музыкального слуха, памяти, ритма*
- *формирование красоты и пластики движения*

Организационно-педагогические основы обучения

*На проведение танцевального занятия отводится 4 часа в неделю.*

*Обучение в детском коллективе проводится с учетом принципа добровольности и любви к танцу.*

- *Программа рассчитана на \_\_ 136 \_\_ занятий*

- *возраст детей: от 7 до 11 лет*
- *дни и время занятий: согласно графика занятий*

#### Прогнозируемые результаты

- *Физически здоровые дети с развитым чувством музыкальности, ритмичности;*
- *Ответственные, самостоятельные; творческие;*
- *Умение работать в коллективе;*
- *Дети культурного поведения и общения и внешнего вида.*

#### План работы танцевального кружка

№	Тема/ мероприятие	Кол-во
1-2	Организационное занятие	2 часа
3-4	Разучивание танца «Танцуем вместе»	2 часа
5-10	Отработка движений	6 часов
11-12	Игровая программа «Танцуй, пока молодой!»	2 часа
13-14	Разучивание танца к новому году. Отработка движений	2 часа
15-20	Отработка движений, ритмичности.	6 часа
21-22	Разучивание танца «Звуки востока»	2 часа
23-28	Отработка движений	6 часа
29-30	Разучивание танца «В ритме танца»	2 часа
31-36	Отработка движений	6 часа
37-38	Разучивание танца «Веселая самба»	2 часа
39-44	Отработка движений	6 часа
45-46	Разучивание танца «Вальс»	2 часа
47-52	Отработка движений	6 часа
53-54	Разучивание танца «Рок-н ролл»	2 часа
55-60	Отработка движений	6 часа
61-62	Разучивание шуточного танца	2 часа
63-68	Отработка движений	6 часа
69-70	Разучивание танца «Веселый телефон»	2 часа
71-76	Отработка движений	6 часа
77-82	Отработка движений, точности, ритма. Повторение изученного	6 часа
83-84	Разучивание танца «Танго разбитых сердец». Отработка движений	2 часа

85-90	Отработка движений, грации.	6 часа
91-92	Разучивание танца «Полька»	2 часа
93-98	Отработка движений	6 часа
99-100	Разучивание танца «Джайв»	2 часа
101-106	Отработка движений	6 часа
107-114	Повторение разученных танцев. Подготовка выпускного флэшмоба.	8 часа
115-122	Повторение разученных танцев. Подготовка выпускного вальса.	8 часа
123-128	Повторение разученных танцев. Подготовка выпускных танцев.	6 часа
129-130	Повторение разученных танцев.	2 часа
131-132	Повторение разученных танцев.	2 часа
133-134	Повторение разученных танцев.	
135-136	Завершающее организационное занятие. Праздник кружка.	

### **Используемая литература.**

- Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)  
 Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)  
 Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)  
 Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)  
 Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)  
 Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)  
 «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)