

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА «ФИЗТЕХ-ЛИЦЕЯ»**

**(ОАНО «Физтех-начало»)**

**СОГЛАСОВАНО**

Директор

АНОО «Физтех-лицей» им. П.Л. Капицы  
М.Г. Машкова

от «31» августа 2023г.



**СОГЛАСОВАНО**

Педагогическим советом

Протокол № 01

от «29» августа 2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом исполнительного директора  
от «31» августа 2023г.

№ 33

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ХОРЕОГРАФИЯ»**

для обучающихся 1-4 классов

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Хореография» (далее – курс) на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Цель программы по хореографии: обеспечить музыкальное, физическое, эмоциональное развитие детей с помощью средств ритмики и хореографического искусства.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Проведение занятий и постановочная работа строится с учетом возможностей обучающихся, руководствуясь целью воспитания гармоничного развития личности ребенка. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно-сценического, историко-бытового и современного танца, предполагает освоение азов ритмики и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу ритмики включены упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 7-10 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки обучающихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Задачи курса:

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки; дать представление о танцевальном образе. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;

- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;

- использовать этические особенности танца для дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному

- этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

- обеспечить творческое развитие, эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;

- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребенка, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного и современного танцев, воспитать культуру движения;

- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Содержание программы по хореографии структурировано как система тематических модулей. Изучение содержания всех модулей в 1–4 классах обязательно.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Общее число часов, отведённых на изучение хореографии, составляет 135 часов: в 1 классе – 33 часа (1 час в неделю), во 2 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 3 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 4 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Хореография» реализуется в сетевом формате на базе АНОО «Физтех-лицей» им. П.Л. Капицы

## СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

### 1 КЛАСС

#### **Модуль «Ритмика и элементы музыкальной грамоты»**

Постановка корпуса, позиции и положения ног стоя в линиях на середине зала.

Музыкальные танцевальные темы, настроение в музыке. Определение характера музыки.

Перестроения в разных направлениях. Движения в колоннах, линиях.

Ознакомления с партерным экзерсисом.

#### **Модуль «Танцевальная азбука»**

Позиции рук и ног классического и народно-сценического танца.

Шаг. Виды бега.

Партерная гимнастика с элементами классического танца.

Изучение простейших элементов народно-сценического танца.

#### **Модуль «Танец»**

Русский поклон. Ходы русского танца.

Хлопки и хлопущки.

Элементы танца «Крыжачок», движения танца «Козлик», «Полька»

### 2 КЛАСС

#### **Модуль «Ритмика и элементы музыкальной грамоты»**

Постановка корпуса. Позиции ног. Переводы рук.

Определение характера музыки, умение подобрать оригинальное исполнение движения.

Музыкальные размеры.

Перестроения в диагоналях.

Партерный экзерсис.

#### **Модуль «Танцевальная азбука»**

Основные элементы классического танца. Перегибы корпуса.

Основные элементы народно-сценического танца. Подготовка к дробям.

Прыжки. Подготовка к качалочке.

#### **Модуль «Танец»**

Положение рук с платочком.

Основные положения рук в танцах «Русская плясовая», «Кадрил», «Лирический хоровод».

### 3 КЛАСС

#### **Модуль «Ритмика и элементы музыкальной грамоты»**

Комбинации на различные сочетания переводов рук из положения в положение. Позиции рук.  
Музыкальные размеры.

Графическое изображение рисунка танца.

#### **Модуль «Танцевальная азбука»**

Знакомство с основами современной хореографии. Пластическая выразительность. Партерный экзерсис.

Народно-сценический танец. Дробные выстукивания. Ходы с каблучков.

#### **Модуль «Танец»**

Элемент хлопушки в комбинациях.

Дробные комбинации.

Танец «Русская плясовая», «Кадриль»

Испанские этюды.

Комбинации в партере.

### 4 КЛАСС

#### **Модуль «Ритмика и элементы музыкальной грамоты»**

Коллективно-порядковые движения, пространственные перестроения.

Комбинации на различные сочетания переводов рук из положения в положение. Позиции рук.

Музыкальные размеры.

Графическое изображение рисунка танца.

#### **Модуль «Танцевальная азбука»**

Ритмическая гимнастика.

Основные элементы народно-сценического танца. Ковырялочка. Дробные упражнения.

Приставные шаги.

Основные элементы современного танца.

Самостоятельное составление комбинаций.

#### **Модуль «Танец»**

Манера исполнения и лексика танца.

Испанские этюды.

Русские танцы, этюды.

Польские танцы.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

– **личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими

эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;

– **метапредметные результаты** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение

и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;

– **предметные результаты** – 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;

## **1 класс**

### **Личностные результаты**

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие культуры поведения эстетического вкуса, общения, художественного-творческой и танцевальной способности.

### **Метапредметные результаты**

#### **регулятивные**

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной внеурочной деятельности

#### **познавательные**

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

#### **коммуникативные**

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

### **Предметные результаты**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и плясовые движения.

## 2 класс

### **Личностные результаты**

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.

Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно

выполнять все игровые и плясовые движения.

### **Метапредметные результаты**

#### **регулятивные**

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- самовыражение ребенка в движении, танце.

#### **познавательные**

- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

#### **коммуникативные**

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том -

- числе в ситуации столкновения интересов;

- умение координировать свои усилия с усилиями других.

### **Предметные результаты**

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

- организованно строиться (быстро, точно);

- сохранять правильную дистанцию в колонне парами.

## 3 класс

### **Личностные результаты**

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность,

создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

### **Метапредметные результаты**

#### **регулятивные**

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учета характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

#### **познавательные**

- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

#### **коммуникативные**

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе несовпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы.

### **Предметные результаты**

- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии.

## **4 класс**

### **Личностные результаты**

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы. Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

### **Метапредметные результаты**

#### **регулятивные**

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремленность и настойчивость в достижении цели.

#### **познавательные**

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка.

#### **коммуникативные**

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников.;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

#### **Предметные результаты**

- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

#### **Результаты к концу четырех лет обучения**

##### **1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:**

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т.

д.

- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

##### **2. Танцевальная азбука:**

- знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;



- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы русского народного танца в простой комбинации;

- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) - вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ;

3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно)

- в конце 1 года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках;
- в конце 2 года обучения дети должны уметь исполнять: танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях;
- в конце 3 года обучения дети должны уметь исполнять: польку, русские танцы с использованием элементов хоровода и перепляса;
- в конце 4 года обучения дети должны уметь исполнять: русские танцы: хороводные и кадрили. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

4. Творческая деятельность:

- раскрытие творческих способностей;
- развитие организованности и самостоятельности;
- иметь представления о народных танцах.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
1	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	10	0	10
2	Танцевальная азбука	9	0	9
3	Танец	14	0	14
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>33</b>	<b>0</b>	<b>33</b>

### 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
1	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	4	0	4
2	Основные элементы классического танца	6	0	6
3	Основные элементы народно-сценического танца	10	0	10
4	Партерный экзерсис	5	0	5
5	Танец	9	0	9
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>0</b>	<b>34</b>

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
1	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	3	0	3
2	Основные элементы классического танца	3	0	3
3	Основные элементы народно-сценического танца	8	0	8
4	Современная хореография	5	0	5
5	Партерный экзерсис	5	0	5

6	Танец	10	0	10
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	34

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
1	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	2	0	2
2	Основные элементы классического танца	2	0	2
3	Основные элементы народно-сценического танца	10	0	10
4	Современная хореография	5	0	5
5	Партерный экзерсис	2	0	2
6	Танец	13	0	13
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	34

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ****1 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		Всего	Практические работы
1	Объяснение значения правильной постановки корпуса, основные положения ног.	1	1
2	Положения рук на талии	1	1
3	Положения рук за спиной	1	1
4	Положения рук в паре	1	1
5	Музыкальные танцевальные темпы	1	1
6	Настроение в музыке	1	1
7	Ознакомление с правилами перестроения по залу с видами перестроений.	1	1
8	Ознакомление с правилами перестроения по залу с видами перестроений.	1	1
9	Круг в круге. Выполняются упражнения на внимание. Упражнения, стоя в круг в круге два круга двигаются в разных направлениях.	1	1
10	Движение линий, вперёд сохраняя интервалы, соблюдая ровность линий.	1	1
11	Движение в одну колонну, шагом с высоко поднятым коленом. Движение две колонны шагом с высоко поднятым коленом	1	1
12	Выразительные средства музыки и танца	1	1
13	Прохлопывание ритмического рисунка про звучащей мелодии	1	1
14	Прохлопывание ритмического рисунка про звучащей мелодии	1	1
13	Объяснение о различных видах шага и бега	1	1
14	Шаг сидя в grand plie (на корточках). Шаг с захлестыванием голени назад.	1	1
15	Ознакомление и правильность постановки корпуса, ног, рук, сидя на ковриках.	1	1
16	Сгибание рук в положении сидя держание спины. Наклоны к ногам.	1	1
17	Упражнения для развития выворотности ног. Поднимание согнутых в коленях ног.	1	1
18	Знакомство с элементами народно-сценического танца	1	1
20	Знакомство с элементами народно-сценического танца	1	1
21	Русский поклон	1	1
22	Русский поклон	1	1
23	Русский ход	1	1
24	Русский ход	1	1
25	Танец «Полька»	1	1
26	Танец «Полька»	1	1
27	Танец «Полька»	1	1

28	Танец «Крыжачок»	1	1
29	Танец «Крыжачок»	1	1
30	Танец «Крыжачок»	1	1
31	Танец «Крыжачок»	1	1
32	Переменный шаг	1	1
33	Переменный шаг	1	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	33

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		Всего	Практические работы
1	Ознакомление с основными позициями ног классического танца, необходимость их изучения.	1	1
2	Ознакомление с классическим экзерсисом, с позициями рук классического танца.	1	1
3	Положение рук на поясе, в кулачках, положение рук на юбочке.	1	1
4	Ознакомление с усложненными перестроениями по залу под ритмически сложную музыку.	1	1
5	Шаг па марше вход в класс. Шаг па марше с Plie на первый такт, с акцентом (сдвиг. ритм).	1	1
6	Подскоки по одному и в паре. Боковой галоп по одному и в паре.	1	1
7	Полька по диагонали по одному.	1	1
8	Полька по диагонали по одному.	1	1
9	Подскоки в диагональ	1	1
10	Pas échappé	1	1
11	Pas échappé	1	1
12	Галоп	1	1
13	Подготовка к качалочке	1	1
14	Подготовка к качалочке	1	1
15	Русский поклон	1	1
16	Русский поклон	1	1
17	Подготовка к дроби	1	1
18	Подготовка к дроби	1	1
19	История русской пляски	1	1
20	Одинарная дробь	1	1
21	Прыжок «Ножницы»	1	1
22	Русская плясовая	1	1
23	Русская плясовая	1	1
24	Русская плясовая	1	1
25	История танца «Кадриль»	1	1

26	Положения рук в парах	1	1
27	Фигуры кадрили	1	1
28	Танец «Кадриль»	1	1
29	Танец «Кадриль»	1	1
30	Танец «Кадриль»	1	1
31	Понятие «лирический» хоровод	1	1
32	Переменный шаг	1	1
33	Танец «Лирический хоровод»	1	1
34	Танец «Лирический хоровод»	1	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 34		34	34

### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		Всего	Практические работы
1	Постановка корпуса	1	1
2	Положения рук в классическом танце	1	1
3	Положения рук в народно-сценическом танце	1	1
4	Позиции ног в народно-сценическом танце	1	1
5	Позиции ног в народно-сценическом танце	1	1
6	Манера исполнения русских народных движений на середине зала	1	1
7	Манера исполнения русских народных движений на середине зала	1	1
8	Приставные шаги в сторону с выносом ноги на каблук	1	1
9	Дроби	1	1
10	Комбинации с хлопками	1	1
11	Комбинация на дроби	1	1
12	Двойные дроби	1	1
13	Комбинация с дробями в диагональ	1	1
14	Музыкальные испанские мотивы	1	1
15	Виды испанских танцев	1	1
16	Постановка народного испанского этюда	1	1
17	Постановка народного испанского этюда	1	1
18	Постановка народного испанского этюда	1	1
19	Знакомство с основами современной хореографии	1	1
20	Пластичные движения рук. Упражнения на пластику тела на середине зала.	1	1
21	Мягкие переводы рук в разных направлениях. Твёрдые руки, четкость переводов рук.	1	1

22	Тающее приседание в Demi plie. Приседание в Demi plie с выносом ноги в сторону.	1	1
24	Партерный экзерсис	1	1
25	Партерный экзерсис	1	1
26	Партерный экзерсис	1	1
27	Партерный экзерсис	1	1
28	Партерный экзерсис	1	1
29	Импровизация	1	1
30	Импровизация	1	1
31	Импровизация	1	1
32	Импровизация	1	1
33	Импровизация	1	1
34	Импровизация	1	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	34

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		Всего	Практические работы
1	Положения рук в классическом танце	1	1
2	Положения рук в народно-сценическом танце	1	1
3	Позиции ног в народно-сценическом танце	1	1
4	Манера исполнения русских народных движений на середине зала	1	1
5	Манера исполнения русских народных движений на середине зала	1	1
6	Дроби	1	1
7	Двойные дроби	1	1
8	Комбинации с хлопками	1	1
9	Комбинации с хлопками	1	1
10	Испанский этюд	1	1
11	Испанский этюд	1	1
12	Испанский этюд	1	1
13	Знакомство с основами современной хореографии	1	1
14	Пластичные движения рук. Упражнения на пластику тела на середине зала.	1	1
15	Мягкие переводы рук в разных направлениях. Твердые руки, четкость переводов рук.	1	1
16	Тающее приседание в Demi plie. Приседание в Demi plie с выносом ноги в сторону.	1	1
17	Партерный экзерсис	1	1
18	Партерный экзерсис	1	1

19	Партерный экзерсис	1	1
20	Партерный экзерсис	1	1
21	Импровизация	1	1
22	Импровизация	1	1
23	Импровизация	1	1
24	Импровизация	1	1
25	Самостоятельное составление комбинаций	1	1
26	Самостоятельное составление комбинаций	1	1
27	Постановка этюдов	1	1
28	Постановка этюдов	1	1
29	Постановка этюдов	1	1
30	Постановка этюдов	1	1
31	Постановка этюдов	1	1
32	Постановка этюдов	1	1
33	Постановка этюдов	1	1
34	Постановка этюдов	1	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	34



# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 2019)
- Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (-Киев: Музична Україна, 1985)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997)
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (-М.: Искусство, 1980)
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
7. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008)
8. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009)
9. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
10. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
11. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
12. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС,2008)
13. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
14. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие».(-СПб.:Детство-пресс,2001)
15. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)