

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

РЕКОМЕНДОВАНО

Педагогическим советом Муниципального
бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 6»
протокол от 29.08.2022 № 12

УТВЕРЖДЕНО

приказом Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 6»
от 29.08.2022 № 169-Д

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности

«Хореография»

(указать предмет (курс) в соответствии с учебным планом)

1-4 классы (ФГОС НОО)

(указать класс (уровень образования))

4 года

(указать срок реализации)

г. Новомосковск, 2022 г.

Содержание внеурочной деятельности «Хореография»

1 год обучения

(33 часа)

Раздел 1. Музыкальные понятия (2 часа):

Понятие о характере музыки. Основные музыкальные жанры.

Раздел 2. Комплексы музыкально – ритмической гимнастики (4 часа):

Комплекс ритмической гимнастики с мячом. Комплекс ритмической гимнастики «Расскажи, Снегурочка». Комплекс ритмической гимнастики с ленточками. Комплекс ритмической гимнастики «Часики».

Раздел 3. Танцевальная азбука (4 часа).

Позиция ног: 1, 2, 3. Детский классический поклон. Позиция рук: подготовительная, первая. Позиция рук: вторая, третья.

Раздел 4. Танцевальные движения (4 часа).

Бодрый и мягкий шаг. Пружинящий шаг. Ходьба на прямых руках и ногах. Легкий бег на полупальцах. Бег, высоко захлестывая голень.

Раздел 5. Элементы танца (4 часа).

Приставной шаг в стороны. Приставной шаг вперед. Простой переменный шаг. Топающий шаг. Выставление ноги на пятку и на носок. Хлопки в ладоши в различных ритмических комбинациях.

Раздел 6. Пространственное построение и фигуры (2 часа).

Построение в шеренгу. Построение в колонну. Построение в полукруг. Построение в круг.

Раздел 7. Музыкально – ритмические, речевые и подвижные игры. (4 часа).

Подвижная игра «Тюлени и медведь». Подвижная игра «Эстафета животных». Музыкальная игра «Найди игрушку по звуку». Русская народная игра «Гори, гори ясно».

Раздел 8. Постановочно – репетиционная работа (9 часов).

Знакомство с музыкой танца «Полька - хлопушка». Основные движения танца «Полька-хлопушка»: прыжки, хлопки в ладоши, поскоки. Комбинации движений и рисунок 1 части танца «Полька-хлопушка». Комбинации движений и рисунок 2 части «Полька-хлопушка». Повторение танца «Полька-хлопушка». Подготовка танца к выступлению.

Знакомство с музыкой танца «Детский краковяк». Основные движения танца: тройной шаг с притопом ритмические хлопки в ладоши. Повторение танца «Детский краковяк». Смена партнеров. Выполнение движений танца «Детский краковяк» в парах по кругу. Повторение танца «Детский краковяк». Подготовка танца к выступлению.

2 год обучения

(34 часа)

Раздел 1. Музыкальные понятия (2 часа):

Основное понятие о форме музыкального произведения, количество частей, повтор или контраст (двух частная и трех частная форма). Понятие музыкального вступления, заключения, проигрыша.

Раздел 2. Комплексы музыкально – ритмической гимнастики (4 часа):

Комплекс ритмической гимнастики с большими обручами (парно). Комплекс ритмической гимнастики «Зарядка». Комплекс ритмической гимнастики с озвученными браслетами. Комплекс ритмической гимнастики «Марш».

Раздел 3. Танцевальная азбука (4 часа).

Упражнение классического экзерсиса первое portdebrass. Упражнение классического экзерсиса demi-plie и grand-plie. Упражнение классического экзерсиса battementtendu по первой позиции в сторону. Упражнение классического экзерсиса battementtendu по первой

позиции вперед и назад.

Раздел 4. Танцевальные движения (4 часа).

Шаг с высоким подниманием бедра, шаг со скруткой корпуса. Шаг спиной вперед. Шаги на полупальцах и в полуприседе. Прыжки с продвижением вперед на двух ногах. Бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад.

Раздел 5. Элементы танца (4 часа).

Элементы танца «ёлочка», «тройной притоп». Элементы танца: поскоки, боковой галоп. Элементы танца «ковырялочка». Комбинация элементы танца: «ковырялочка с тройным притопом».

Раздел 6. Пространственное построение и фигуры (2 часа).

Построение двух концентрических кругов из пар. Построение двух концентрических кругов из одного круга. Построение двух концентрических кругов из двух колонн. Построение двух концентрических кругов из двух шеренг.

Раздел 7. Музыкально – ритмические, речевые и подвижные игры. (4 часа).

Игра «Музыкальные стулья». Игры по желанию детей. Русская народная игра с пением «А мы просто сеяли». Подвижная игра «Кошки-мышки». Конкурс образных импровизаций на тему: «Любимый вид спорта».

Раздел 8. Постановочно – репетиционная работа (10 часов).

Знакомство с музыкой танца «Чик и Брик». Определение характера музыки, её формы. Основные движения танца: приставные шаги, поскоки, наклоны. Комбинации движений танца «Чик и Брик»: боковой галоп – поскоки в повороте, боковой галоп – до-за-до. Композиционный план танца «Чик и Брик» I часть. Композиционный план танца «Чик и Брик» II часть. Подготовка танца «Чик и Брик» к выступлению. Знакомство с музыкой танца «Полкис». Основные движения танца: поскоки, боковой галоп, прыжки. Композиционный план танца «Полкис» I часть. Рисунок I части. Композиционный план танца «Полкис» II части. Рисунок II части. Повторение композиционного плана танца «Полкис». Подготовка танца «Полкис» к выступлению.

3 год обучения

(34 ч.)

Раздел 1

Понятие ритмической пульсации «сердца музыки». Понятие фразы и предложения в музыки. Понятие двухдольности и трехдольности в музыке.

Раздел 2. Комплексы музыкально – ритмической гимнастики (4 часа):

Комплекс ритмической гимнастики со скалками. Комплекс ритмической гимнастики без предметов «Большая стирка». Комплекс ритмической гимнастики «Голубой вагон». Комплекс ритмической гимнастики на гимнастических скамейках.

Раздел 3. Танцевальная азбука (4 часа).

Комбинация движений классического танца *battement tendu gete demi-plie* по первой позиции ног (крестом) у опоры. Комбинация движений классического танца *battement tendu gete perise* по первой позиции у опоры. Упражнение классического танца *passé par terre* лицом к опоре. Упражнение классического танца *port de bras* на середине зала.

Раздел 4. Танцевальные движения (4 часа).

Шаг с высоким подниманием бедра, шаг со скруткой корпуса в противоходе. Шаг спиной вперёд. Шаг на полупальцах и в полуприседе вперед. Бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад.

Раздел 5. Элементы танца (4 часа).

Прыжки в приседе «мячики» (мальчики). Припадания на месте (девочки). Комбинация элементов танца «присядка – разножка» (мальчики). Припадания с продолжением в сторону. Комбинация танцевальных (девочки). Элементов 2 три мячика – разножка».

Припадания в повороте на 90 градусов.

Раздел 6. Пространственное построение и фигуры (2 часа).

Построение круга и квадрата. Сужение и расширение круга.

Раздел 7. Музыкально – ритмические, речевые и подвижные игры. (4 часа).

Музыкальная игра с импровизациями «Запретное движение». Музыкальная игра «Пары – тройки». Игры и импровизации по желанию детей. Конкурс пластических импровизаций под музыку на тему: «Мы мамыны помощники». Подвижная игра «Третий лишний». Игры и импровизации по желанию детей.

Раздел 8. Постановочно – репетиционная работа (10 часов).

Знакомство с музыкой танцевального этюда «Зимние забавы». Изучение основного движения этюда – скользящего шага. Основное движение этюда «Зимние забавы» в парах по кругу. Изучение рисунка 1 части этюда «зимние забавы». Изучение рисунка 2 части этюда «Зимние забавы». Закрепление композиционного плана танцевального этюда «Зимние забавы». Работа над синхронностью и выразительностью выполнения движений. Повторение танцевального этюда «Зимняя забавы» и подготовка этюда к выступлению. Знакомство с танцем «Фигурный вальс». Прослушивание музыки вальса. Определение музыкального размера. Изучение основного движения танца – вальсового шага (вальсовой дорожки). Изучение комбинаций 1 части танца «Фигурный вальс»: вальсовый шаг в парах по кругу вращения в паре в положении «лодочка» против часовой стрелки. Изучение комбинации движений 2 части танца «Фигурный вальс». Комбинаций движений 3 части танца «Фигурный вальс». Повторение танца «Фигурный вальс». Работа над выразительностью и синхронностью движений, соблюдение дистанции между парами.

4 год обучения (34 часа)

Раздел 1. Музыкальные понятия (2 часа):

Понятие музыкальной речи. Понятие фразы и предложения в музыки. Понятие музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4).

Раздел 2. Комплексы музыкально – ритмической гимнастики (4 часа):

Комплекс ритмической гимнастики с кубиками. Комплекс ритмической гимнастики без предметов «У леса на опушке». Комплекс ритмической гимнастики с гимнастическими палками. Комплекс ритмической гимнастики «Где-то на белом свете».

Раздел 3. Танцевальная азбука (4 часа).

Упражнение классического танца *ronddegambparterreendedans* лицом к опоре. Прыжки *soute* по первой и второй позициям на середине зала. Пятая позиция ног. Комбинация упражнений классического экзерсиса *plie – releve* по пятой позиции. Упражнение на середине зала второе *portdebrass*.

Раздел 4. Танцевальные движения (4 часа).

Ходьба с выполнением движений рук. Скрестный шаг боком по линии танца. Бег спиной вперед. Бег, высоко захлестывая голень в сочетании с прыжками на двух ногах. Прыжки «ноги врозь – ноги вместе» с разворотом корпуса. Прыжки на двух ногах в повороте на 90 градусов и на 180 градусов.

Раздел 5. Элементы танца (4 часа).

Тройной переменный шаг. Шаг польки. Семенящий хороводный шаг. Шаг с притопом.

Раздел 6. Пространственное построение и фигуры (2 часа).

Танцевальные фигуры «звездочка» и «карусель». Фигуры «змейка» и «вьюн».

Раздел 7. Музыкально – ритмические, речевые и подвижные игры. (4 часа).

Эстафета со скалками. Игры по желанию детей. Музыкальная игра «Капканчики». Игры по желанию детей. Русская народная игра «Бояре». Игры по желанию детей. Конкурс пластических импровизаций «Угадай профессию».

Раздел 8. Постановочно – репетиционная работа (10 часов).

Знакомство с музыкой танца «Бескозырка белая». Изучение строевого шага в движении по прямой линии и на месте в повороте на 90 градусов. Изучение основных движений и

комбинаций танца «Бескозырка белая». Изучение композиционного плана 1 и 2 части танца «Бескозырка белая». Изучение композиционного плана 3 части танца «Бескозырка белая». Повторение танца «Бескозырка белая». Подготовка танца к выступлению. Знакомство с музыкой танца «Полька». Изучение основного движения танца – шага польки. Комбинация движений танца «Полька»: два шага польки – четыре поскока (по одному и в парах). Комбинация движений танца «Полька» - галоп с притопом. Композиционный план танца «Полька». Повторение танца «Полька». Подготовка танца к выступлению.

Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «Хореография»

Личностные результаты:

- формирование ценностного отношения к своему здоровью;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование самостоятельности;
- формирование эмоционального отношения к занятиям;
- формировать умение координировать свои усилия с усилиями других;
- формирование этических качеств: доброжелательность и эмоциональной отзывчивости.

Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне начального общего образования.

| Целевые ориентиры |
|---|
| <p style="text-align: center;">Гражданско-патриотическое воспитание</p> <p>Знающий и любящий свою малую родину, свой край, имеющий представление о Родине — России, её территории, расположении.</p> <p>Сознающий принадлежность к своему народу и к общности граждан России, проявляющий уважение к своему и другим народам.</p> <p>Понимающий свою сопричастность к прошлому, настоящему и будущему родного края, своей Родины — России, Российского государства.</p> <p>Понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона), праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение.</p> <p>Имеющий первоначальные представления о правах и ответственности человека в обществе, гражданских правах и обязанностях.</p> <p>Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в доступной по возрасту социально значимой деятельности.</p> |
| <p style="text-align: center;">Духовно-нравственное воспитание</p> <p>Уважающий духовно-нравственную культуру своей семьи, своего народа, семейные ценности с учётом национальной, религиозной принадлежности.</p> <p>Сознающий ценность каждой человеческой жизни, признающий индивидуальность и достоинство каждого человека.</p> <p>Доброжелательный, проявляющий сопереживание, готовность оказывать помощь, выражающий неприятие поведения, причиняющего физический и моральный вред другим людям, уважающий старших.</p> <p>Умеющий оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознающий ответственность за свои поступки.</p> <p>Владеющий представлениями о многообразии языкового и культурного пространства России, имеющий первоначальные навыки общения с людьми разных народов, вероисповеданий.</p> <p>Сознающий нравственную и эстетическую ценность литературы, родного языка, русского языка, проявляющий интерес к чтению.</p> |

| |
|---|
| Эстетическое воспитание |
| <p>Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, искусстве, творчестве людей.</p> <p>Проявляющий интерес и уважение к отечественной и мировой художественной культуре.</p> <p>Проявляющий стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусстве.</p> |
| Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия |
| <p>Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.</p> <p>Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.</p> <p>Ориентированный на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.</p> <p>Сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.</p> |
| Трудовое воспитание |
| <p>Сознающий ценность труда в жизни человека, семьи, общества.</p> <p>Проявляющий уважение к труду, людям труда, бережное отношение к результатам труда, ответственное потребление.</p> <p>Проявляющий интерес к разным профессиям.</p> <p>Участвующий в различных видах доступного по возрасту труда, трудовой деятельности.</p> |
| Экологическое воспитание |
| <p>Понимающий ценность природы, зависимость жизни людей от природы, влияние людей на природу, окружающую среду.</p> <p>Проявляющий любовь и бережное отношение к природе, неприятие действий, приносящих вред природе, особенно живым существам.</p> <p>Выражающий готовность в своей деятельности придерживаться экологических норм.</p> |
| Ценности научного познания |
| <p>Выражающий познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке.</p> <p>Обладающий первоначальными представлениями о природных и социальных объектах, многообразии объектов и явлений природы, связи живой и неживой природы, о науке, научном знании.</p> <p>Имеющий первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях знания.</p> |

Метапредметные результаты:

- формирование способности понимать и принимать учебную цель и задачи;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия;
- формирование умения понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности;
- формировать способности сотрудничеству, ставить новые учебные задачи;
- формировать способности выполнения музыкально-ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения и укрепления собственного здоровья.

Предметные результаты:

Знать:

- детский классический поклон, позиции ног (первая, вторая, третья), позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья);

- правила проведения эстафеты с обручами, игр «Найди и промолчи», «Тюлени и медведь», «Два мороза», «Эстафета животных», «Найди игрушку по звуку», «Гори, гори ясно».

Этюд «Дождики и Листики». Хоровод «Осень золотистая». «Мексиканский танец». Инсценировку песни «Звероаробика» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятия – о характере музыки, об основных музыкальных жанрах (песне, танце, марше), о темпе, о динамике.

Уметь:

- двигаться в соответствии с темпом музыки, отражать в движении динамику музыки;
- выполнять комплексы ритмической гимнастики с предметами – (с мячом, с погремушками, с султанчиками, с ленточками) и без предметов;
- двигаться бодрим, мягким, пружинящим шагом, на четвереньках, легким бегом на полупальцах, высоко захлестывая голень, прыгать на месте на одной и двух ногах;
- выполнять приставные шаги в стороны и вперед, простой переменный шаг, топающий шаг, выставление ноги на пятку и на носок, хлопки в ладоши в различных ритмических комбинациях;
- строиться в колонну, в шеренгу, в полукруг, в круг;
- передать характерные движения заводных игрушек.

2 класс

Личностные результаты:

- формирование ценностного отношения к своему здоровью;
- развитие эстетических потребностей, ценностей чувств;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эмоционального отношения к искусству и физическим упражнениям;
- формирование личной ответственности за свои поступки;
- развитие умения координировать свои усилия с усилиями других.

Метапредметные результаты:

- развитие способности понимать и принимать учебную цель и задачи;
- развитие умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия;
- формирование умения адекватно воспринимать предложение и оценку учителя, товарища, родители и других людей;
- формирование умения договариваться и приходить к общему решению совместной деятельности;
- развитие умения понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- формирование первоначального опыта самореализации в различных видах творческой деятельности.

Предметные результаты:

Знать:

- особенности танцевальных жанров (хоровод, пляска, полька, вальс);
- правила проведения эстафеты с мячом и игр «Летит, летит по небу шар...», «Музыкальные стулья», «А мы просо сеяли», «Кошки-мышки», «Угадай, кто позвал», «День и ночь»;
- танцы «Чик и Брик», «Первое свидание», хоровод «Красный сарафан», этюд «Листья желтые» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятие двухчастной и трехчастной формы музыкального произведения, понятие «Музыкальное вступление», «Заключение», «Проигрыш».

Уметь:

- самостоятельно оценивать характер музыки;

- выполнять комплексы ритмической гимнастики: с большим обручем (парами), с озвученными браслетами, с мишурой, без предметов;
- упражнения классического экзерсиса первое portdebrass, demi-plie, grand-plie, battementtendu по первой позиции в сторону, battementtendu вперед, battementtendu назад.
- выполнять шаги с высоким подниманием бедра, спиной вперед, с завинчиванием корпуса, на полупальцах и в полуприсяди. Бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад. Прыжки с продвижением вперед на двух ногах.
- выполнять элементы танца «Ковырялочка», «Тройной притоп», «Елочка», «Поскоки», «Боковой галоп»;
- комбинацию танцевальных элементов «Ковырялочка с тройным притопом»;
- строить два концентрических круга из пар, из одного круга, из двух колонн, из двух шеренг;
- показать свои творческие способности в изображении повадок животных средствами пантомимы в конкурсе «Мое любимое животное».

3 класс

Личностные результаты:

- осознание необходимости укрепления и сохранения своего здоровья;
- развитие любознательности и интереса к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений;
- формирование умения выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- умение формулировать собственное мнение и позицию;
- формирование эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческих, танцевальных способностей.

Метапредметные результаты:

- умение определения общей цели и путей её достижения;
- умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- развитие любознательности и интереса к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений;
- формирование мотивации достижения результата, стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей, навыков творческой установки.

Предметные результаты:

Знать:

- восемь точек танцевального зала;
- упражнения классического экзерсиса battementtendugete лицом к опоре, passé parterre лицом к опоре, soute по 1 позиции лицом к опоре, третье portdebrass;
- комбинации движений экзерсиса battementtenducdemi-plie по первой позиции ног (крестом), battementtendugetecpike;
- методику выполнения упражнений классического экзерсиса изученных за год;
- правила проведения эстафеты с палками игр «Группа, смирно!», «Третий лишний», «Бояре», «Зеркало», «Плетень», «ловишки парами»;
- Танцы «Детский краковяк», «Фигурный вальс», «Куювяк», этюд «Зимние забавы» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятие ритмической пульсации («сердца музыки»), акцента (сильной доли), двухдольности и трехдольности в музыке, куплетной формы (запева, припева)

Уметь:

- выполнять комплексы ритмической гимнастики: со скалкой, с платочками, на гимнастических скамейках, без предметов;

- выполнять шаги с высоким подниманием бедра, спиной вперед, с завинчиванием корпуса, на полупальцах и в полуприседе, бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад, прыжки с продвижением вперед на двух ногах;
- выполнять элементы танцев: мальчикам - «присядка» с «разножкой», прыжки в приседе «мячики» (мальчики), комбинацию танцевальных элементов: «три мячика - разножка», девочкам - припадания на месте и в повороте на 90 градусов;
- перестраиваться из круга в квадрат, сужать и расширять круг, знать положение в парах (лицом по линии танца держать за руки) и лицом друг к другу боком по линии танца;
- изобразить движением работу по дому средствами пантомимы – «Мы – мамы помощники».

4 класс

Личностные результаты:

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие умения выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика)
- формирование умения договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение работать в парах, группах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций;
- формирование представлений о нравственных нормах.

Метапредметные результаты:

- формирование мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- сформированность умения подводить самостоятельный итог занятия, анализировать и систематизировать полученные знания, умение и навыки;
- применение полученных сведений о многообразии танцевального искусства;
- приобретение навыка умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

Знать:

- пятую позицию ног;
- методику выполнения упражнений классического экзерсиса *ronddegambparterreendedans* лицом к опоре, комбинацию *plie-releve* по первой, второй и пятой позиции, второе *portdebrass* на середине зала;
- правила проведения эстафеты со скалкой и игр «У оленя дом большой», «Ловишки с приседанием», «Капканчики», «Запрещенные движение», «Угадай, кто позвал», «Жмурки»;
- танцы «Восточный танец», «Бескозырка белая», «Падеграссе», «Полька» исполнять их на школьных и городских мероприятиях.

Иметь:

- понятия о музыкальной речи, фразы и предложения в музыке, затакта, ритмического рисунка, музыкального размера (2/4, 3/4, 4/4). Уметь определять затакт в начале музыкального построения, размер музыкального произведения на слух.

Уметь:

- выполнять комплексы ритмической гимнастики на стульях, с кубиками, с гимнастическими палками, без предметов;
- выполнять ходьбу с выполнением движений рук, скрестным шагом боком по линии танца, бег спиной вперед, бег высоко захлестывая голень в сочетании с прыжками на двух ногах. Прыжки «ноги врозь – ноги вместе» с разворотом корпуса, прыжки на двух ногах в повороте на 90 и 180 градусов;

- прыжки soute по первой и второй позициям лицом к опоре и на середине зала;
- выполнять элементы танца: простой переменный шаг, семенящий хороводный шаг, шаг с притопом, тройной переменный шаг, «гармошка» шаг польки;
- строить фигуры: «звездочка», «карусель», «змейка», «вьюн»;
- изобразить различные профессии средствами пантомимы в условиях конкурса.

**Тематическое планирование программы курса внеурочной деятельности
«Хореография»
1 класс
(33 часа)**

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятия | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--|--|------------------|--------------------------|--|
| <p>Установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности; побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых явлений, организация их работы с получаемой социально значимой информацией — инициирование её обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по этому поводу, выработки своего к ней отношения.</p> | | | | |
| 1 | Понятие о характере музыки. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 2 | Комплекс ритмической гимнастики с мячом. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 3 | Детский классический поклон. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 4 | Позиция ног: 1, 2, 3. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 5 | Бодрый и мягкий шаг. Пружинящий шаг. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 6 | Ходьба на прямых руках и ногах. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 7 | Приставной шаг в стороны. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ |

| | | | | |
|----|--|---|-------------------|--|
| | Приставной шаг вперед. | | | https:// www.horeograf.com/ |
| 8 | Простой переменный шаг. Топающий шаг. | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 9 | Подвижная игра «Тюлени и медведь». | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 10 | Комплекс ритмической гимнастики «Расскажи, Снегурочка». | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 11 | Знакомство с музыкой танца «Полька - хлопушка». | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 12 | Основные движения танца «Полька-хлопушка»: прыжки, хлопки в ладоши, поскоки. | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 13 | Комбинации движений и рисунок 1 части танца «Полька-хлопушка». | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 14 | Комбинации движений и рисунок 2 части «Полька-хлопушка». | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 15 | Повторение танца «Полька-хлопушка». Подготовка танца к выступлению. | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 16 | Подвижная игра «Эстафета животных». | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 17 | Основные музыкальные жанры (песня, танец, марш). | 1 | Практикум, студия | http:// www.balletmusic.ru/ https:// www.horeograf.com/ |
| 18 | Комплекс | 1 | Практикум, студия | http:// |

| | | | | |
|----|---|---|-------------------|--|
| | ритмической гимнастики с ленточками. | | | www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 19 | Знакомство музыкой танца «Детский краковяк». Основные движения танца: тройной шаг с притопом ритмические хлопки в ладоши. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 20 | Повторение танца «Детский краковяк». Смена партнеров. Выполнение движений танца «Детский краковяк» в парах по кругу. Повторение танца «Детский краковяк». Подготовка танца к выступлению. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 21 | Выполнение движений танца «Детский краковяк» в парах по кругу. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 22 | Подготовка танца к выступлению. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 23 | Построение шеренгу. Построение колонну. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 24 | Построение полукруг. Построение круг. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 25 | Выставление ноги на пятку и на носок. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 26 | Музыкальная | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ |

| | | | | |
|----|--|---|-------------------|--|
| | игра «Найди игрушку по звуку». | | | www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 27 | Комплекс ритмической гимнастики «Часики». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 28 | Позиция рук: подготовительная, первая. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 29 | Позиция рук: вторая, третья. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 30 | Легкий бег на полупальцах. Бег, высоко захлестывая голень. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 31 | Прыжки на месте на одной и двух ногах. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 32 | Хлопки в ладоши в различных ритмических комбинациях. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 33 | Русская народная игра «Гори, гори ясно». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

2

**класс
(34 часа)**

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятия | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|--|------------------|--------------------------|--|
| | <p>Установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности; побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых явлений, организация их работы с получаемой социально значимой информацией — инициирование её обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по этому поводу, выработки своего к ней отношения.</p> | | | |

| | | | | |
|----|--|---|-------------------|--|
| 1 | Основное понятие о форме музыкального произведения; количество частей, повтор или контраст (двух частная и трех частная форма) | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 2 | Комплекс ритмической гимнастики с большими обручами (попарно) | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 3 | Упражнение классического экзерсиса первое portdebrass | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 4 | Упражнение классического экзерсиса demi-plie и grand-plie. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 5 | Шаг с высоким подниманием бедра, шаг со скруткой корпуса. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 6 | Шаг спиной вперед. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 7 | Элементы танца «ёлочки», «тройной притоп». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 8 | Элементы танца: поскоки, боковой галоп. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 9 | Игра «Музыкальные стулья». Игры по желанию детей. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 10 | Комплекс ритмической гимнастики «Зарядка». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

| | | | | |
|----|---|---|-------------------|--|
| 11 | Знакомство с музыкой танца «Чик и Брик». Определение характера музыки, её формы. Основные движения танца: приставные шаги, поскоки, наклоны | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 12 | Комбинации движений танца «Чик и Брик»: боковой галоп – поскоки в повороте, боковой галоп – до-за-до. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 13 | Композиционный план танца «Чик и Брик» I часть. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 14 | Композиционный план танца «Чик и Брик» II части. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 15 | Подготовка танца «Чик и Брик» к выступлению. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 16 | Русская народная игра с пением «А мы просто сеяли». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 17 | Понятие музыкального вступления, заключения, проигрыша. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 18 | Комплекс ритмической гимнастики с озвученными браслетами. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 19 | Знакомство с музыкой танца «Полкис». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 20 | Композиционн | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ |

| | | | | |
|----|---|---|-------------------|--|
| | ый план танца «Полкис» I часть. | | | www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 21 | Композиционный план танца «Полкис» II части. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 22 | Повторение композиционного плана танца «Полкис». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 23 | Подготовка танца «Полкис» к выступлению. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 24 | Построение двух концентрических кругов из пар. Построение двух концентрических кругов из одного круга. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 25 | Построение двух концентрических кругов из двух колонн. Построение двух концентрических кругов из двух шеренг. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 26 | Подвижная игра «Кошки-мышки». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 27 | Комплекс ритмической гимнастики «Марш». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 28 | Упражнение классического экзерсиса battement tendu по первой позиции в сторону. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 29 | Упражнение классического экзерсиса | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

| | | | | |
|----|--|---|-------------------|--|
| | battementtendu по первой позиции вперед и назад. | | | www.horeograf.com/ |
| 30 | Шаги на полупальцах и в полупреседе. Прыжки с продвижением вперед на двух ногах. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 31 | Бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 32 | Элементы танца «ковырялочка». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 33 | Комбинация элементы танца: «ковырялочка с тройным притопом». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 34 | Конкурс образных импровизаций на тему: «Любимый вид спорта». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

3

**класс
(34 часа)**

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятия | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--|--|------------------|--------------------------|--|
| <p>Установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности; побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых явлений, организация их работы с получаемой социально значимой информацией — инициирование её обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по этому поводу, выработки своего к ней отношения.</p> | | | | |
| 1 | Понятие ритмической пульсации «сердца музыки». Понятие акцента (сильной доли). | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

| | | | | |
|----|---|---|-------------------|--|
| 2 | Комплекс ритмической гимнастики со скалками. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 3 | Комбинация движений классического танца battement tendu et ecdemi-plie по первой позиции ног (крестом) у опоры. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 4 | Комбинация движений классического танца battement tendu et ecpice по первой позиции у опоры. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 5 | Шаг с высоким подниманием бедра, шаг со скруткой корпуса в противоходе. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 6 | Шаг спиной вперед. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 7 | Прыжки в приседе «мячики» (мальчики). Припадания на месте (девочки). | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 8 | Комбинация элементов танца «присядка – разножка» (мальчики). Припадания с продвижением в сторону (девочки). | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 9 | Музыкальная игра с импровизациями «Запретное движение». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 10 | Комплекс ритмической гимнастики без предметов «Большая стирка». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 11 | Знакомство с музыкой танцевального этюда «Зимние забавы». Изучение основного движения этюда – скользящего шага. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 12 | Основное движение этюда «Зимние забавы» в парах по кругу. Изучение рисунка 1 части этюда «Зимние забавы». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 13 | Изучение рисунка 2 части этюда «Зимние забавы». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 14 | Закрепление композиционного плана танцевального этюда «Зимние забавы». Работа над синхронностью и выразительностью выполнения движений. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 15 | Повторение танцевального этюда «Зимние забавы» и | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

| | | | | |
|----|---|---|-------------------|--|
| | подготовка этюда к выступлению. | | | |
| 16 | Музыкальная игра «Пары – тройки». Игры и импровизации по желанию детей. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 17 | Понятие двухдольности и трехдольности в музыке. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 18 | Комплекс ритмической гимнастики без предметов «Голубой вагон». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 19 | Знакомство с танцем «Фигурный вальс». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 20 | Изучений комбинации движений 1 части танца «Фигурный вальс». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 21 | Изучений комбинаций движений 2 части танца «Фигурный вальс». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 22 | Изучение комбинаций движений 3 части танца «Фигурный вальс». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 23 | Повторение танца «Фигурный вальс». Работа над выразительностью и синхронностью движений, соблюдение дистанции между партнерами. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 24 | Построение круга и квадрата. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 25 | Сужение и расширение круга. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 26 | Конкурс пластических импровизаций под музыку на тему: «Мы – мамы помощники». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 27 | Комплекс ритмической гимнастики на гимнастических скамейках. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 28 | Упражнение классического танца passé par terre лицом к опоре. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 29 | Упражнение классического танца третья port de bras на середине зала. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 30 | Шаги на полупальцах и в полуприседе. Прыжки на двух ногах с продвижением | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

| | | | | |
|----|--|---|-------------------|--|
| | вперед. | | | |
| 31 | Бег с выбросом прямых ног вперед, в стороны, назад.. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 32 | Комбинация танцевальных элементов «три мячика – разножка». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 33 | Припадания в повороте на 90 градусов. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 34 | Подвижная игра «Третий лишний. Игры и импровизации по желанию детей. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

4

**класс
(34 часа)**

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятия | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|---|------------------|--------------------------|--|
| | Установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности; побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых явлений, организация их работы с получаемой социально значимой информацией — инициирование её обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по этому поводу, выработки своего к ней отношения. | | | |
| 1 | Понятие музыкальной речи. Понятие фразы и предложения в музыки. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 2 | Комплекс ритмической гимнастики с кубиками. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 3 | Упражнение классического танца ronddegambparterreendedans лицом к опоре. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 4 | Прыжки soute по первой и второй позициям на середине зала. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 5 | Ходьба с выполнением движений рук. Скрестный шаг боком по линии танца. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 6 | Бег спиной вперед. Бег, высоко захлестывая голень в сочетании с прыжками на двух ногах. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |

| | | | | |
|----|---|---|----------------------|--|
| 7 | Тройной переменный шаг. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 8 | Шаг польки. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 9 | Эстафета со скалками. Игры по желанию детей. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 10 | Комплекс ритмической гимнастики без предметов «У леса на опушке». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 11 | Знакомство с музыкой танца «Бескозырка белая». Изучение строевого шага в движении по прямой линии и на месте в повороте на 90 градусов. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 12 | Изучение основных движений и комбинаций танца «Бескозырка белая». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 13 | Изучение композиционного плана 1 и 2 части танца «Бескозырка белая». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 14 | Изучение композиционного плана 3 части танца «Бескозырка белая». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 15 | Повторение танца «Бескозырка белая». Подготовка танца к выступлению. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 16 | Музыкальная игра «Капканчики». Игры по желанию детей. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 17 | Понятие музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4). | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 18 | Комплекс ритмической гимнастики с гимнастическими палками. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 19 | Знакомство с музыкой танца «Полька». Изучение основного движения танца – шага польки. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 20 | Комбинация движений танца «Полька»: два шага польки – четыре поскока (по одному и в парах). | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 21 | Комбинация движений танца «Полька» - галоп с притопом. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 22 | Композиционный план танца «Полька». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 23 | Повторение танца «Полька». | 1 | Практикум, | http://www.balletmusic.ru/ |

| | | | | |
|----|--|---|-------------------|--|
| | Подготовка танца к выступлению. | | студия | https://www.horeograf.com/ |
| 24 | Танцевальные фигуры «звездочка» и «карусель». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 25 | Фигуры «змейка» и «вьюн». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 26 | Русская народная игра «Бояре». Игры по желанию детей. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 27 | Комплекс ритмической гимнастики «Где-то на белом свете». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 28 | Пятая позиция ног. Комбинация упражнений классического экзерсиса plie – releve по пятой позиции. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 29 | Упражнение на середине зала второе portdebrass. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 30 | Прыжки «ноги врозь – ноги вместе» с разворотом корпуса. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 31 | Прыжки на двух ногах в повороте на 90 градусов и на 180 градусов. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 32 | Семенящий хороводный шаг. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 33 | Шаг с притопом. | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |
| 34 | Конкурс пластических импровизаций «Угадай профессию». | 1 | Практикум, студия | http://www.balletmusic.ru/ https://www.horeograf.com/ |