

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
Местная религиозная организация " Православный приход  
Христорождественского храма усадьбы "Рождествено-Кутайсовых"  
Истринского округа Одинцовской епархии Русской Православной  
церкви (Московский патриархат)  
НОУ "Православная школа "Рождество"**

РАССМОТРЕНО  
Методист

—

Цыпина Е.О.  
«28» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора

—

Старчикова Г.Ю.  
«29» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Исполнительный  
директор

—

В.Ф. Шварц  
Приказ № 12 от «30» 08  
2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

дополнительного образования  
курс «Хореография»

для учащихся 1-3 классов  
на 2023-2024 учебный год

Село Рождествено 2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

---

Рабочая программа начального общего образования по хореографии составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрена решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в воспитании здорового поколения, государственная политика с национальными целями увеличения продолжительности жизни граждан России и научная теория физической культуры, представляющая закономерности двигательной деятельности человека. Здоровье закладывается в детстве, и качественное образование в части физического и духовного воспитания, физической культуры детей дошкольного и начального возраста определяет образ жизни на многие годы.

Основными составляющими в классификации хореографических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания являются ритмика, гимнастика, игры, этюды и танцевальные упражнения, входящие в направленность художественно-эстетическую творческую деятельность.

Художественно-эстетическая творческая деятельность организуется как система разнообразных творческих мастерских по развитию художественного творчества, способности к импровизации, драматизации, выразительному чтению, а также становлению умений участвовать в театрализованной деятельности.

По классификации физические упражнения делятся на четыре группы: гимнастические упражнения, характеризующиеся многообразием искусственно созданных движений и действий, эффективность которых оценивается избирательностью воздействия на строение и функции организма, а также правильностью, красотой и координационной сложностью всех движений; игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (бега, бросков и т.п.), которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией и оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия; туристические физические упражнения, включающие ходьбу, бег, прыжки, преодоление препятствий, ходьбу на лыжах, езду на велосипеде, греблю в естественных природных условиях, эффективность которых оценивается комплексным воздействием на организм и результативностью преодоления расстояния и препятствий на местности; спортивные упражнения объединяют ту группу действий, исполнение которых искусственно стандартизировано в соответствии с Единой всесоюзной спортивной классификацией и является предметом специализации для достижения максимальных спортивных результатов.

Основные предметные результаты по учебному предмету «Хореография» в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (далее — ФГОС НОО) должны обеспечивать умение использовать основные гимнастические упражнения для формирования и укрепления здоровья, физического развития, физического и духовного совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности.

В программе отведено особое место упражнениям основной гимнастики и играм с использованием гимнастических упражнений. Владение жизненно важными навыками гимнастики позволяет решить задачу овладения жизненно важными навыками плавания.

Программа включает упражнения для развития гибкости и координации, эффективность развития которых приходится на возрастной период начальной школы. Целенаправленные физические упражнения позволяют избирательно и значительно их развить.

Программа обеспечивает «сформированность общих представлений о физической культуре и спорте, физической активности, физических качествах, жизненно важных прикладных умениях и навыках, основных физических упражнениях (гимнастических, игровых, туристических и спортивных)».

Освоение программы обеспечивает выполнение обучающимися нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и другие предметные результаты ФГОС НОО, а также позволяет решить воспитательные задачи, изложенные в примерной программе воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 2 июня 2020 года № 2/20).

В программе нашли своё отражение: Поручение Президента Российской Федерации об обеспечении внесения в примерные основные образовательные программы дошкольного, начального общего, основного общего и среднего общего образования изменений, предусматривающих обязательное выполнение воспитанниками и учащимися упражнений основной гимнастики в целях их физического развития (с учётом ограничений, обусловленных состоянием здоровья); условия Концепции модернизации преподавания учебного предмета «Хореография» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, научные и методологические подходы к изучению физической культуры в начальной школе.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «ХОРЕОГРАФИЯ»**

Предметом обучения хореографии в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью с использованием основных направлений хореографического искусства: классического, народно-сценического и современного танцев, а также ритмики, и упражнений по преимущественной целевой направленности их использования с учётом сенситивных периодов развития учащихся начальной школы. В процессе овладения этой деятельностью формируется костно-мышечная система, укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются необходимые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Учебный предмет «Хореография» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения. Существенным компонентом содержания учебного предмета «Хореография» является физическое воспитание граждан России. Учебный предмет «Хореография» обогащает обучающихся системой знаний о сущности и общественном значении физической культуры и её влиянии на всестороннее развитие личности, дает базовые представления об искусстве и творчестве. Такие знания

обеспечивают развитие гармоничной личности, мотивацию и способность обучающихся к различным видам деятельности, повышают их общую культуру.

Программа основана на системе научных знаний о человеке, сущности физической культуры, общих закономерностях её функционирования и использования с целью всестороннего развития людей и направлена на формирование основ знаний в области физической культуры, культуры движений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья.

В программе учтены приоритеты в обучении на уровне начального образования, изложенные в Концепции модернизации преподавания учебного предмета «Хореография» в образовательных организациях Российской Федерации, которые нашли отражение в содержании программы в части получения знаний и умений выполнения базовых упражнений гимнастики для правильного формирования опорно-двигательного аппарата, развития гибкости, координации, моторики, ритмики и творческих заданий; получения эмоционального удовлетворения от выполнения физических упражнений в игровой деятельности.

Программа обеспечивает создание условий для высокого качества преподавания учебного предмета «Хореография» на уровне начального общего образования; выполнение требований, определённых статьёй 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» «Охрана здоровья обучающихся», включая определение оптимальной учебной нагрузки, режима учебных занятий, создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся; способствует решению задач, определённых в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г., а именно:

- а) сохранение населения, здоровье и благополучие людей;
- б) создание возможностей для самореализации и развития талантов.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

В основе программы лежат представления об уникальности личности каждого учащегося начальной школы, индивидуальных возможностях каждого школьника и ученического сообщества в целом, профессиональных качествах учителей и управленческих команд системы образования, создающих условия для максимально полного обеспечения образовательных возможностей учащихся в рамках единого образовательного пространства Российской Федерации.

Ценностные ориентиры содержания программы направлены на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. Обучение по программе позволяет формировать у обучающихся установку на формирование, сохранение и укрепление здоровья; освоить умения, навыки ведения здорового образа жизни.

Содержание программы направлено на эффективное развитие физических качеств и способностей обучающихся начальной школы; на воспитание личностных качеств, включающих в себя готовность и способность к саморазвитию, самооценке, рефлексии, анализу; формирует творческое нестандартное мышление, инициативность, целеустремлённость; воспитывает этические чувства доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; учит взаимодействовать с окружающими людьми и работать в команде; проявлять лидерские качества.

Содержание программы строится на принципах личностно-ориентированной, личностно-развивающей педагогики, которая определяет повышение внимания к культуре физического развития, ориентации физкультурно-спортивной деятельности на решение задач развития культуры движения, физическое воспитание.

Важное значение в освоении программы уделено играм и игровым заданиям как простейшей форме физической деятельности. В программе используются сюжетные и импровизационно-творческие подвижные игры, рефлексивно-метафорические игры, игры на основе интеграции интеллектуального и двигательного компонентов. Игры повышают интерес к занятиям, а также содействуют духовно-нравственному воспитанию обучающихся.

Содержание программы учебного предмета «Хореография» состоит из следующих компонентов:

## **1 класс**

**I Основные понятия**(информационный компонент деятельности).

**II Ритмические навыки**(операциональный компонент деятельности).

**III Разминка на середине зала.**

**IV Движения на середине зала.**

**V Шаги.**

**VI Бег.**

**VII Построения.**

**VIII Перестроения.**

**IX Прыжки.**

**X Движения и упражнения партерной гимнастики** (мотивационно-процессуальный компонент деятельности).

## **2 класса**

**I Основные понятия**(информационный компонент деятельности) .

**II Ритмические навыки**(операциональный компонент деятельности).

**III Разминка на середине зала.**

**IV Движения на середине зала. X Движения и упражнения партерной гимнастики** (мотивационно-процессуальный компонент

## **3 класс**

**I. Основные понятия**(информационный компонент деятельности) .

**II. Разминка Джаз** (операциональный компонент деятельности). **Партерная гимнастика.**

**III. Реверансы и поклоны XIX века** (мотивационно-процессуальный компонент деятельности).

#### **IV. Русский танец. Упражнения на совершенствование актерского мастерства.**

#### **V. Репетиция концертного номера.**

#### **Концепция программы основана на следующих принципах:**

*Принцип систематичности и последовательности.* Принцип систематичности и последовательности предполагает регулярность занятий и систему чередования нагрузок с отдыхом, а также определённую последовательность занятий и взаимосвязь между различными сторонами их содержания. Учебный материал программы должен быть разделён на логически завершённые части, теоретическая база знаний подкрепляется практическими навыками. Особое внимание в программе уделяется повторяемости. Повторяются не только отдельные физические упражнения, но и последовательность их в занятиях. Также повторяется в определённых чертах и последовательность самих занятий на протяжении недельных, месячных и других циклов. Принцип систематичности и последовательности повышает эффективность динамики развития основных физических качеств младших школьников с учётом их сенситивного периода развития: гибкости, координации, быстроты.

*Принципы непрерывности и цикличности.* Эти принципы выражают основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Они обеспечивают преемственность между занятиями, частоту и суммарную протяжённость их во времени. Кроме того, принцип непрерывности тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Принцип цикличности заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность обучающегося.

*Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.* Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста, что способствует гармоничному формированию двигательных умений и навыков.

*Принцип наглядности.* Наглядность обучения и воспитания предполагает как широкое использование зрительных ощущений, восприятия образов, так и постоянную опору на свидетельства всех других органов чувств, благодаря которым достигается непосредственный эффект от содержания программы. В процессе физического воспитания наглядность играет особенно важную роль, поскольку деятельность обучающихся носит в основном практический характер и имеет одной из своих специальных задач всестороннее развитие органов чувств.

*Принцип доступности и индивидуализации.* Принцип доступности и индивидуализации означает требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностям обучающихся. При реализации принципа доступности учитывается готовность обучающихся к освоению материала, выполнению той или иной физической нагрузки и определяется мера доступности задания. Готовность к выполнению заданий зависит от уровня физического и интеллектуального развития, а также от их субъективной установки, выражающейся в преднамеренном, целеустремлённом и волевом поведении обучающихся.

*Принцип осознанности и активности.* Принцип осознанности и активности предполагает осмысленное отношение обучающихся к выполнению физических упражнений, осознание и последовательность техники выполнения упражнений (комплексов упражнений), техники дыхания, дозированной объёма и интенсивности выполнения упражнений в соответствии с возможностями. Осознавая оздоровительное

воздействие физических упражнений на организм, обучающиеся учатся самостоятельно и творчески решать двигательные задачи.

*Принцип динамичности.* Принцип динамичности выражает общую тенденцию требований, предъявляемых к обучающимся в соответствии с программой, которая заключается в постановке и выполнении всё более трудных новых заданий, в постепенном нарастании объёма и интенсивности и связанных с ними нагрузок. Программой предусмотрено регулярное обновление заданий с общей тенденцией к росту физических нагрузок.

*Принцип вариативности.* Принцип вариативности программы предполагает многообразие и гибкость используемых в программе форм, средств и методов обучения в зависимости от физического развития, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей обучающихся, которые описаны в программе. Соблюдение этих принципов позволит обучающимся достичь наиболее эффективных результатов.

Освоение программы предполагает соблюдение главных педагогических правил: от известного к неизвестному, от лёгкого к трудному, от простого к сложному. Планирование учебного материала рекомендуется в соответствии с постепенным освоением теоретических знаний, практических умений и навыков в учебной и самостоятельной физкультурной, оздоровительной деятельности.

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, целью которого является формирование у обучающихся полного представления о возможностях хореографического искусства. В содержании программы учитывается взаимосвязь изучаемых явлений и процессов, что позволит успешно достигнуть планируемых результатов — предметных, метапредметных и личностных.

## **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ХОРЕОГРАФИЯ»**

Цели изучения учебного предмета «Хореография» — формирование разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья.

К направлению первостепенной значимости при реализации образовательных функций учебного предмета «Хореография» традиционно относят формирование знаний основ хореографического искусства как науки области знаний о человеке, прикладных умениях и навыках, основанных на физических упражнениях для формирования и укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности, основанных на заданиях по развитию образного восприятия музыки, совершенствованию актерского мастерства, артистизма, выразительности, личностных талантов, и как одного из основных компонентов общей культуры человека.

В содержании программы учтены основные направления развития познавательной активности человека, включая знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Задача учебного предмета состоит в формировании системы знаний, расширении кругозора, эрудиции, в формировании качеств личности, позволяющих видеть и ценить красоту окружающего мира через воплощение в творчестве человека.

Наряду с этим программа обеспечивает:

- единство образовательного пространства на территории Российской Федерации с целью реализации равных возможностей получения качественного начального общего образования;
- преемственность основных образовательных программ дошкольного, начального общего и основного общего образования;
- возможности формирования индивидуального подхода и различного уровня сложности с учётом образовательных потребностей и способностей обучающихся (включая одарённых детей, детей с ограниченными возможностями здоровья);
- государственные гарантии качества начального общего образования, личностного развития обучающихся;
- овладение современными технологическими средствами в ходе обучения и в повседневной жизни, освоение цифровых образовательных сред для проверки и приобретения знаний, расширения возможностей личного образовательного маршрута;
- формирование у обучающихся знаний о роли культуры и искусства в национальной стратегии развития России, их исторической значимости и вкладе выдающихся деятелей искусства и культуры России в мировое культурное наследие;
- освоение обучающимися технологий командной работы на основе личного вклада каждого в решение общих задач, осознания личной ответственности, объективной оценки своих и командных возможностей.

Приоритет индивидуального подхода в обучении позволяет обучающимся осваивать программу в соответствии с возможностями каждого.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по программе являются:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства физической культуры для достижения цели динамики личного физического, эстетического и духовного развития, его совершенствования;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей, проявлять лидерские качества в творческой деятельности, работоспособность в учебно-тренировочном процессе, оказывать взаимопомощь при выполнении поставленных учителем задач;
- умение доносить информацию в доступной, яркой, эмоциональной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми, в том числе при передаче информации на заданную тему по общим сведениям теории хореографии, методикам выполнения хореографических упражнений, правилам проведения общеразвивающих подвижных игр и игровых заданий;
- умение работать над ошибками, в том числе при выполнении физических упражнений, слышать замечания и рекомендации педагога, концентрироваться при практическом выполнении заданий, ставить перед собой задачи гармоничного физического развития.

### **Место учебного предмета «Хореография» в учебном плане**



Общее число часов, отведённых на изучение предмета «Хореография» в 1 классе, составляет 66 часов, во 2 классе 68ч, в 3 классе 68ч.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

---

### 1 класс

Основные понятия. Ритмические навыки. Разминка на середине зала. Движения на середине зала. Шаги. Бег. Построения. Перестроения. Прыжки. Движения и упражнения партерной гимнастики.

#### Основные понятия

Язык танца. Зритель. Сценическое обаяние. Дисциплина на Студияе. Интервал (расстояние между учащимися). Ровное построение

#### Ритмика

Вступление музыкального произведения. Финал музыкального произведения. Характер и настроение в музыкальном произведении (грустный - радостный, злой – добрый). Темп: быстро – медленно. Сильная доля в музыкальном произведении

#### Разминка

Наклоны головы вперед, назад, в сторону вправо, влево. Повороты головы вправо, влево. Вращение головы по полукругу справа - налево, слева - направо, касаясь подбородком груди. Движение плечевым суставом вверх, вниз (одновременно два плеча). Наклоны корпуса вперед, в сторону. Маленькие приседания по VI позиции (медленные, быстрые). Большое приседание по VI позиции. Круговые движения рук (вращение в плечевом суставе: руки прямые или согнуты в локтях, ладони приложены к плечам). Круговые движения кистей (руки опущены вниз). Поднимание на полупальцы по VI позиции. Большие и маленькие приседания по VI позиции. Положения рук: на поясе, вытянуты перед собой (на уровне грудной клетки), вверх, в сторону (на уровне плеч), вниз.

**Шаги:** на полупальцах (ноги вытянуты в коленях), на пятках, сменный шаг на полупальцах, затем на пятках, приставной шаг на всей стопе в сторону. Подготовительное упражнение к шагу «марш». Шаг «Марш».

**Бег:** на полупальцах, на пяточках.

**Построения:** линия и две линии, круг, колонна по одному

**Перестроения:** из одной линии в круг, и снова в линию, из круга в колонну, из колонны в круг.

**Прыжки:** с двух ног на две ноги по YI позиции вперед (ноги стянуты вместе, в момент прыжка вытягиваются в коленях), с двух ног на две ноги по YI позиции из стороны в сторону, на одной ноге, подскок на одной ноге с шага (подготовка к подскокам).

**Движения и упражнения партерной гимнастики: развитие силы и подвижности стоп** (одновременное сокращение и вытягивание стоп в положение, сидя на полу, поочередное сокращение стоп в положение, сидя на полу напряжение ног от стоп до бедер в положение, сидя на полу, вращательное движение стопой (поочередно правой, затем левой) в положение, сидя на полу, разворачивание вытянутых стоп из YI позиции в I позицию); **развитие силы ног** (открывание из YI позиции по полу в сторону вытянутой в стопе и колене ноги в положение, сидя на полу, поднимание из YI позиции вверх над полом вытянутой в стопе и колене ноги в положение, сидя на полу); **развитие подвижности тазобедренного и коленного суставов** (Упражнение «Кукла», упражнение «Кузнец», упражнение «Метёлка», упражнение «Большие ножки»); **упражнения на укрепление различных групп мышц** («Кобра», «Пружинка» на спине поднимать обе коленки и корпус на встречу др.к др., «Дельфин» (в положение, лежа на животе), «Лодочка»); **упражнения на растяжку мышц**(«Лягушка» (в положение, сидя на полу и лежа на животе), «Лотос» (в положение, сидя на полу), «Колечко» (в положение, лежа на животе), «Корзиночка» (в положение, лежа на животе), «Березка» (в положение, лежа на спине), «Горочка» (в положение, лежа на спине), Дядюшка Морж» (в положение, лежа на животе), «Русалочка», «Волшебная нить» («Складочка»), «Золотой ключик»); **упражнение на развитие апломба** («Цапля»).

## 2 класс

Основные понятия. Ритмические навыки. Разминка на середине зала. Движения на середине зала. Партерная гимнастика, работа над постановкой концертного номера

**Основные понятия.** Культура поведения за кулисами, начало и конец упражнения (танца), мизансцены, рисунок танца, исходное положение, сценическая работа на зрителя, сценическое обаяние, ровное построение, preparation (подготовка к упражнению)

**Ритмические навыки.**Конец и начало музыкальной фразы, темп: быстро – медленно, умеренно, поспешно и т.д, сильная доля в музыкальном произведении, образное восприятие музыкального произведения и воплощение настроения музыки в танец, импровизация, музыкальные оттенки, амплитуда движения (в музыке от громкого к тихому, от тихого к громкому).

**Разминка на середине зала.** Наклоны головы вперед, назад, в сторону вправо, влево, повороты головы вправо, влево,вращение головы по полукругу справа - налево, слева - направо, касаясь подбородком груди, движение плечевым суставом вверх, вниз (одновременно два плеча), с фиксацией, наклоны корпуса вперед, сторону, назад, маленькие приседания по VI позиции (медленные, быстрые),большое приседание по VI позиции, круговые движения рук (вращение в плечевом суставе: руки прямые или согнуты в локтях, ладони приложены к плечам), круговые движения кистей (руки опущены вниз).

**Движения на середине зала** Простой шаг, простой шаг с притопом, простой шаг с двойным притопом, приставной шаг с притопом, подготовка к дроби и выстукиваниям ,

«Гармошка», «Гармошка» с маленьким приседанием, «Гармошка» с выносом ноги на каблук вперед, «Гармошка» в быстром темпе, «Гармошка» вокруг себя и в паре, «Припадания» по 6 позиции без продвижения, поднимание на полупальцы по VI позиции, большие и маленькие приседания по VI позиции, «Ковырялочка», «Ковырялочка» с притопом и двойным притопом, «Ковырялочка» с притопами в повороте, «Ковырялочка» в паре, подготовка к «Молоточкам». Положение рук: -раскрытые в стороны руки (вторая позиция рук народного танца), -раскрытые руки вверх (третья раскрытая позиция народного танца), - на поясе. **Бег.** Галоп. Бег на полу пальцах., с закидыванием пяточек назад. **Построения** линия и две линии, круг, колонна по двое, диагональ. **Перестроения** из двух линий в одну, из одной линии в круг и снова в линию, из круга в колонну, из колонны в круг. **Прыжки** с поджатыми ногами, с двух ног на две ноги по VI позиции из стороны в сторону, на месте (ноги стянуты). Подскоки. Русские народные мужские хлопушки. Подготовка к хлопушке (хлопки над головой, по бедру, по голени, по колену). Подготовка к хлопушке с добавлением маленьких приседаний и шагов. **Присядки.** Подготовка к присядкам (мячики). Присядка по первой позиции. Присядка с ковырялочкой.

---

**Партерная гимнастика, работа над постановкой концертного номера.** Партерная гимнастика. Работа над основными элементами сценического номера.

### 3 класс

**I. Основные понятия (информационный компонент деятельности).** Основные понятия: точки зала. Композиция танца. Синхронное исполнение движения. Планировка сцены.

**II. Разминка Джаз (операциональный компонент деятельности).** Партерная гимнастика. Demi-plie. Battments tendus. Demi-plie по I, II выворотной и параллельной позициям. Battments tendus jete. Упражнения на середине зала: slide в сторону. Slide вперед. Slide назад. Изучение манеры джаз- танца. Па-де-буре без продвижения. Подготовка к вращениям. Па-де-буре с продвижением. Прыжки sote по VI позиции. Прыжок jete маленькое с выходом в джаз-позу.

**III. Реверансы и поклоны XIX века (мотивационно-процессуальный компонент деятельности).** Реверансы и поклоны XIX века. Манера танцев XIX века. Изучение этикета на балах. Изучение вальса. Основные рисунки вальса. Вальсовый шаг. Вальсовая дорожка по кругу. Вальсовая дорожка в двух линиях. Полонез. История танца. Значение танца на балах. Основной шаг. Положения в паре. Рисунки танца полонез. Котильоны. История. Значение. Виды котильонов.

**IV. Русский танец. Упражнения на совершенствование актерского мастерства.** Русский танец. История. Русский танец: работа в паре. Основные шаги: простой шаг. Шаркающий шаг. Шаг с переступанием на каблук. Переменный шаг. Мужской широкий шаг в сторону с каблука. Дроби: дуоль (подготовка). Дроби дуоль. Дроби с каблучками (подготовка). Дроби с каблучками. Подготовка к моталочке. «Моталочка». Танцевальные комбинации. Танцевальные комбинации. Мужская хлопушка (подготовка). Мужская хлопушка. Изучение скользящих ударов. Изучение двойных ударов. Хлопушка в продвижение. Присядка по 1 позиции. Танцевальные комбинации присядка и хлопушка. Подготовка к вращениям. Повороты по точкам. Перепляс-импровизация. Упражнения на совершенствование актерского мастерства. Пантомимные этюды.

**V. Репетиция концертного номера**

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

---

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения хореографической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Хореография» в начальной школе отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

#### **Патриотическое воспитание:**

- ценностное отношение к отечественному культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о достижениях в сфере искусства и культуры международной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития искусства для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

#### **Гражданское воспитание:**

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

### **Ценности научного познания:**

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по хореографическому искусству, необходимых для формирования высококультурной личности, физического развития и духовного совершенствования;
- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

### **Формирование культуры здоровья:**

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях хореографией.

### **Экологическое воспитание:**

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по хореографии отражают овладение универсальными познавательными действиями.

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по хореографии отражают овладение универсальными учебными действиями, в том числе:

1) **Познавательные универсальные учебные действия**, отражающие методы познания окружающего мира:

- ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в хореографии (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях;
- выявлять признаки положительного влияния занятий хореографией на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений;
- устанавливать связь между танцем и музыкой, художественным образом.
- классифицировать виды хореографических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком;
- приводить примеры и осуществлять демонстрацию танцевальных упражнений и движений;
- самостоятельно (или в совместной деятельности) составлять комбинации упражнений;
- формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
- овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности иных учебных предметов;
- использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций;
- использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.

2) **Коммуникативные универсальные учебные действия**, отражающие способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использовать правила общения в конкретных учебных и внеучебных ситуациях; самостоятельную организацию речевой деятельности в устной и письменной форме:

- вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
- описывать влияние физической культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека;

- строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении хореографических движений, в играх и игровых заданиях;
- организовывать (при содействии взрослого или самостоятельно) игры, выполнение хореографических упражнений в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата;
- проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;
- продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач выполнения хореографических упражнений, игровых заданий и игр на Студиях, во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

3) **Регулятивные универсальные учебные действия**, отражающие способности обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка):

- оценивать влияние занятий физической подготовкой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний);
- контролировать состояние организма на Студиях хореографической культуры и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;
- проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности; проявлять стремление к успешной образовательной деятельности; анализировать свои ошибки;
- осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты изучения учебного предмета «Хореография» отражают опыт учащихся в творческой деятельности.

В составе предметных результатов по освоению обязательного содержания, установленного данной программой, выделяются: полученные знания, освоенные обучающимися; умения и способы действий, специфические для предметной области «Хореография» периода развития детей возраста начальной школы; виды деятельности по получению новых знаний, их интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных и новых ситуациях.

В состав предметных результатов по освоению обязательного содержания включены физические упражнения:

- гимнастические упражнения
- разминка
- шаги (разные виды)
- бег (разные виды) и др.

**Предметные результаты** отражают сформированность у обучающихся определённых умений.

### **1) Знания о хореографической культуре:**

- различать основные предметные области хореографической культуры (гимнастика, игры, танцы, этюды);
- формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий хореографическими упражнениями в зале; иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни;
- знать и формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий хореографией;

### **2) Способы хореографической деятельности:**

*Самостоятельные занятия общеразвивающими физическими упражнениями:*  
выбирать гимнастические упражнения для укрепления стопы, осанки в положении стоя, сидя и при ходьбе; упражнения для развития гибкости и координации и др;

*Самостоятельные развивающие, подвижные игры и др:*

- участвовать в развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов; выполнять игровые задания; общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; выполнять команды и строевые упражнения.

### **3) Физическое совершенствование:**

*Физкультурно-оздоровительная деятельность:*

- осваивать технику выполнения гимнастических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата, включая гимнастический шаг, мягкий бег;
- упражнения основной гимнастики на развитие хореографических качеств (гибкость, координация), эффективность развития которых приходится на возрастной период начальной школы, и развития силы, основанной на удержании собственного веса;
- осваивать гимнастические упражнения на развитие моторики, координационно-скоростных способностей, в том числе с использованием гимнастических предметов (скакалка, мяч);



- осваивать гимнастические упражнения, направленные на развитие жизненно важных навыков и умений (группировка, кувырки; повороты в обе стороны; равновесие на каждой ноге попеременно; прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом в обе стороны;
- осваивать способы игровой деятельности.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Основные понятия</b>					
1.1.	Язык танца	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.2.	Зритель	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.3.	Сценическое обаяние	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.4.	Дисциплина на Студияе	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.5	Интервал (расстояние между учащимися)	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.6	Ровное построение	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
Итого по разделу		6		3	
2.1.	Вступление музыкального произведения	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.2.	Финал музыкального произведения	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.3.	Характер и настроение в музыкальном произведении	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>

	(грустный - радостный, злой – добрый)				
2.4	Темп: быстро – медленно	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.5	Сильная доля в музыкальном произведении	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
Итого по разделу		5		2,5	
3.1.	Наклоны головы вперед, назад, в сторону вправо, влево.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.2.	Повороты головы вправо, влево.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.3.	Вращение головы по полукругу справа - налево, слева - направо, касаясь подбородком груди.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.4	Движение плечевым суставом вверх, вниз (одновременно два плеча)	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.5	Наклоны корпуса вперед, сторону.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.6	Маленькие приседания по VI позиции (медленные, быстрые).	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.7	Большое приседание по VI позиции.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.8	Круговые движения рук (вращение в плечевом суставе: руки прямые или согнуты в локтях, ладони приложены к плечам).	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.9	Круговые движения кистей (руки опущены вниз).	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.10	Поднимание на полупальцы по	1		0,5	<a href="#">разминка</a>

	VI позиции.				
3.11	Большие и маленькие приседания по VI позиции.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.12	Положения рук: - на поясе - вытянуты перед собой (на уровне грудной клетки), вверх, в сторону (на уровне плеч), вниз.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
Итого по разделу		12		6	
4.1.	- на полупальцах (ноги вытянуты в коленях).	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.2	- на пятках.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.3	- сменный шаг на полупальцах, затем на пятках.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.4	- приставной шаг на всей стопе в сторону.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.5	Подготовительное упражнение к шагу «марш».	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.6	Шаг «Марш».	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
Итого по разделу		6		3	
5.1	- на полупальцах.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
5.2	- на пяточках.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
Итого по разделу		2		1	
6.1	- линия и две линии.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>

6.2	- круг.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
6.3	- колонна по одному	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
Итого по разделу		3		1,5	
7.1	- из одной линии в круг, и снова в линию.	1		0,5	<a href="#">марш</a> <a href="#">болельщиков.</a> <a href="#">примеры</a> <a href="#">перестроения</a>
7.2	- из круга в колонну, из колонны в круг.	1		0,5	<a href="#">марш</a> <a href="#">болельщиков.</a> <a href="#">примеры</a> <a href="#">перестроения</a>
Итого по разделу		2		1	
8.1	- с двух ног на две ноги по YI позиции вперед (ноги стянуты вместе, в момент прыжка вытягиваются в коленях).	1		0,5	<a href="#">прыжки</a> <a href="#">комбинация</a>
8.2	- с двух ног на две ноги по YI позиции из стороны в сторону.	1		0,5	<a href="#">прыжки</a> <a href="#">комбинация</a>
8.3	- на одной ноге.	1		0,5	<a href="#">прыжки</a> <a href="#">комбинация</a>
8.4	- подскок на одной ноге с шага (подготовка к подскокам).	1		0,5	<a href="#">прыжки</a> <a href="#">комбинация</a>
Итого по разделу		4		2	
9.1	<b><i>Развитие силы и подвижности стоп.</i></b>  - одновременное сокращение и вытягивание стоп в положение, сидя на полу.  - поочередное сокращение стоп в положение, сидя на полу	6		3	<a href="#">партерная гимнастика</a>

9.2	- напряжение ног от стоп до бедер в положение, сидя на полу . Вращательное движение стопой (поочередно правой, затем левой) в положение, сидя на полу..	5		2,5	<a href="#">партерная гимнастика</a>
9.3	Разворачивание вытянутых стоп из YI позиции в I позицию.  <b>Развитие силы ног.</b>  Открывание из YI позиции по полу в сторону вытянутой в стопе и колене ноги в положение, сидя на полу.  Упражнение «Метёлка», «Большие ножки»  <b>Упражнения на укрепление различных групп мышц.</b> <b>Упражнение «Кобра»</b>	5		2,5	<a href="#">партерная гимнастика</a>
9.4	«Пружинка» на спине поднимать обе колени и корпус на встречу др.к др. «Дельфин» (в положение, лежа на животе), «Лодочка»	5		2,5	<a href="#">партерная гимнастика</a>
9.5	<b>Упражнение «Лотос»</b> (в положение, сидя на полу), «Колечко» (в положение, лежа на животе), «Корзиночка» (в положение, лежа на животе), «Березка» (в положение, лежа на спине), «Русалочка», «Волшебная нить» («Складочка»), «Золотой ключик». <b>Упражнение на развитие апломба.</b>  «Цапля».	5		2,5	<a href="#">партерная гимнастика</a>
Итого по разделу		26		13	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66		33	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
<b>Раздел 1. Основные понятия</b>					
1.1.	Культура поведения за кулисами	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.2.	Начало и конец упражнения (танца)	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.3.	Мизансцены	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.4.	Рисунок танца	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.5	Исходное положение	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.6	Сценическая работа на зрителя	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.7	Сценическое обаяние	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.8	Ровное построение	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.9	Prerogation (подготовка к упражнению)	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
Итого по разделу		9		4,5	
2.1.	Конец и начало музыкальной фразы	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.2.	Темп: быстро – медленно, умеренно, поспешно и т.д	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.3.	Сильная доля в музыкальном произведении	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.4	Образное восприятие музыкального произведения и	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>

	воплощение настроения музыки в танец				
2.5	Импровизация	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.6	Музыкальные оттенки	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
2.7	Амплитуда движения (в музыке от громкого к тихому, от тихого к громкому)	1		0,5	<a href="#">Урок ритмики</a>
Итого по разделу		7		3,5	
3.1.	Наклоны головы вперед, назад, в сторону вправо, влево.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.2.	Повороты головы вправо, влево.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.3.	Вращение головы по полукругу справа - налево, слева - направо, касаясь подбородком груди.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.4	Движение плечевым суставом вверх, вниз (одновременно два плеча), с фиксацией.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.5	Наклоны корпуса вперед, сторону, назад.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.6	Маленькие приседания по VI позиции (медленные, быстрые).	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.7	Большое приседание по VI позиции.	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
3.8	Круговые движения рук (вращение в	1		0,5	<a href="#">разминка</a>

	плечевом суставе: руки прямые или согнуты в локтях, ладони приложены к плечам).				
3.9	Круговые движения кистей (руки опущены вниз).	1		0,5	<a href="#">разминка</a>
Итого по разделу		9		4,5	
4.1.	Простой шаг. Простой шаг с притопом. Простой шаг с двойным притопом. Приставной шаг с притопом	2		1	<a href="#">уроки балета</a>
4.2	Подготовка к дроби и выстукиваниям.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.3	«Гармошка». «Гармошка» с маленьким приседанием. «Гармошка» с выносом ноги на каблучок вперед. «Гармошка» в быстром темпе. «Гармошка» вокруг себя и в паре.	3		1,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.4	«Припадания» по 6 позиции без продвижения.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.5	Поднимание на полупальцы по VI позиции.	1		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.6	Большие и маленькие приседания по VI позиции.	2		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.7	«Ковырялочка», «Ковырялочка» с притопом и двойным притопом, «Ковырялочка» с	4		2	<a href="#">уроки балета</a>



	притопами в бповороте, «Ковырялочка» в паре.				
4.8	Подготовка к «Молоточкам».	2		0,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.9	Положение рук: -раскрытые в стороны руки (вторая позиция рук народного танца) -раскрытые руки наверх (третья раскрытая позиция народного танца) - на поясе	3		1,5	<a href="#">уроки балета</a>
4.10	Галоп . Бег на полу пальцах. Бег с закидыванием пяточек назад.	2		1	<a href="#">уроки балета</a>
4.11	Построения: Линия и две линии. Круг. Колонна по двое. Диагональ.	3		1,5	<a href="#">марш болельщиков. примеры перестроения</a>
4.12	Перестроение из двух линий в одну. Из одной линии в круг, и снова в линию. Из круга в колонну, из колонны в круг.	4		2	<a href="#">марш болельщиков. примеры перестроения</a>
4.13	Прыжок с поджатыми ногами. С двух ног на две ноги по УІ позиции из стороны в сторону, на месте (ноги стянуты). Подскоки.	4		2	<a href="#">прыжки с поджатыми ногами</a>
4.14	Подготовка к хлопушке (хлопки над головой, по бедру, по голени, по колену). Подготовка к хлопушке с	3		1,5	<a href="#">подготовка к мужским хлопушкам</a>

	добавлением маленьких приседаний и шагов.				
4.15	Подготовка к присядкам (мячики). Присядка по первой позиции. Присядка с ковырялочкой.	3		1,5	<a href="#">подготовка к мужским присядкам</a>
Итого по разделу		36		18	
5.1	Партерная гимнастика.	3		1,5	<a href="#">партерная гимнастика</a>
5.2	Работа над постановкой концертного номера.	2		1	<a href="#">Энциклопедия</a>
Итого по разделу		7		3,5	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		33	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные образовательные ресурсы (цифровые)
		все го	контро льные работы	практи ческие работы	
<b>Раздел 1. Основные понятия</b>					
1.1.	Основные понятия: точки зала.	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.2.	Композиция танца.	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.3.	Синхронное исполнение движения.	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
1.4.	Планировка сцены.	1		0,5	<a href="#">Энциклопедия</a>
Итого по разделу		4		2	
2.1.	Разминка Джаз: demi-plie Постановка корпуса Постановка рук	1		0,5	<a href="#">джаз-танец урок</a>

2.2.	Battments tendus.	1		0,5	<a href="#">джаз-танец движения</a>
2.3.	Demi-plie по I, II выворотной и параллельной позициям.	1		0,5	
2.4	Battments tendus jete.	1		0,5	<a href="#">джаз-танец движения середина</a>
2.5	Упражнения на середине зала: slide в сторону.	1		0,5	<a href="#">джаз-танец упр. на середине зала</a>
2.6	Slide вперед.	1		0,5	<a href="#">джаз-танец упр. на середине зала</a>
2.7	Slide назад.	1		0,5	<a href="#">джаз-танец упр. на середине зала</a>
2.8	Изучение манеры джаз-танца.	1		0,5	<a href="#">джаз-танец упр. на середине зала</a>
2.9	Па-де-буре без продвижения.	1		0,5	<a href="#">па-де-буре</a>
2.10	Подготовка к вращениям.	1		0,5	<a href="#">движения джаз-танца</a>
2.11	Па-де-буре с продвижением.	1		0,5	<a href="#">движения джаз-танца</a>
2.12	Прыжки sote по VI позиции.	1		0,5	<a href="#">движения джаз-танца</a>
2.13	Прыжок jete маленькое с выходом в джаз-позу.	1		0,5	<a href="#">движения джаз-танца</a>
2.14	Партерная гимнастика.	1		0,5	<a href="#">партерная гимнастика</a>
Итого по разделу		14		7	
3.1.	Реверансы и поклоны XIX века.	1		0,5	<a href="#">бал</a>
3.2.	Манера танцев XIX века.	1		0,5	<a href="#">бал</a>
3.3.	Изучение этикета на балах.	1		0,5	<a href="#">бал</a>
3.4	Изучение вальса.	1		0,5	<a href="#">бал вальс</a>
3.5	Основные рисунки вальса.	1		0,5	<a href="#">бал вальс</a>
3.6	Вальсовый шаг.	1		0,5	<a href="#">бал вальс</a>
3.7	Вальсовая дорожка по кругу.	1		0,5	<a href="#">бал вальс</a>
3.8	Вальсовая дорожка в двух линиях.	1		0,5	<a href="#">бал вальс</a>
3.9	Полонез. История танца. Значение танца на балах.	1		0,5	<a href="#">бал</a> полонез

3.10	Основной шаг.	1		0,5	<a href="#">бал</a> полонез
3.11	Положения в паре.	1		0,5	<a href="#">бал</a> полонез
3.12	Рисунки танца полонез.	1		0,5	<a href="#">бал</a> полонез
3.13	Котильоны. История. Значение.	1		0,5	<a href="#">КОТИЛЬОН</a>
3.14	Виды котильонов.	1		0,5	<a href="#">КОТИЛЬОН 2</a>
Итого по разделу		14		7	
4.1.	Русский танец. История.	1		0,5	<a href="#">русский танец Климов</a>
4.2	Русский танец: работа в паре.	1		0,5	<a href="#">русский танец Климов</a>
4.3	Основные шаги: простой шаг.	1		0,5	<a href="#">основные шаги</a>
4.4	Шаркающий шаг.	1		0,5	<a href="#">основные шаги</a>
4.5	Шаг с переступанием на каблук.	1		0,5	<a href="#">основные шаги</a>
4.6	Переменный шаг.	1		0,5	<a href="#">основные шаги</a>
4.7	Мужской широкий шаг в сторону с каблука.	1		0,5	<a href="#">основные шагирусский танец Климов</a>
4.8	Дроби: двуоль (подготовка).	1		0,5	<a href="#">русский танец Климов</a>
4.9	Дробь двуоль.	1		0,5	<a href="#">русский танец Климов</a>
4.10	Дробь с каблучками (подготовка).	1		0,5	<a href="#">русский танец Климов</a>
4.11	Дробь с каблучками.	1		0,5	<a href="#">русский танец Климов</a>
4.12	Подготовка к моталочке.	1		0,5	<a href="#">русский танец Климов</a>
4.13	«Моталочка».	1		0,5	<a href="#">основные движения</a>
4.14	Танцевальные комбинации.	1		0,5	<a href="#">основные движения</a>
4.15	Танцевальные комбинации.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.16	Мужская хлопушка (подготовка).	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.17	Мужская хлопушка. Изучение скользящих ударов.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.18	Изучение двойных ударов.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>

4.19	Хлопушка в продвижение.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.20	Присядка по 1 позиции.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.21	Танцевальные комбинации присядка и хлопушка.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.22	Подготовка к вращениям.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.23	Повороты по точкам.	1		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.24	Перепляс-импровизация.	2		0,5	<a href="#">русский танец</a>
4.25	Упражнения на совершенствование актерского мастерства.	2		0,5	<a href="#">урок актерского мастерства</a>
4.26	Пантомимные этюды.	2		1	<a href="#">урок актерского мастерства</a>
Итого по разделу		27		13,5	
5.1	Постановка концертного номера	4			
5.2	Репетиции концертного номера	3			
Итого по разделу		7			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			