

Министерство просвещения Российской Федерации
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Губернаторский лицей»

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГАНОУ СО
«Губернаторский лицей»

И.А. Климовских

Приказ № 111/2-од от 26.08.2024

Рабочая программа
Учебного курса «Ритмика»
для обучающихся 1-4 классов

Составители:

Двуречинская Диана Дмитриевна, без категории

Торопова Мария Романовна, без категории

Екатеринбург, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РИТМИКА

Рабочая программа по курсу спортивно-оздоровительного направления «Ритмика» разработана на основании нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный государственный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования РФ от 06.10.2009, №373 (с изменениями и дополнениями от 26.11.2010 года, 22.09.2011 года, 18.12.2012 года, 29.12.2014 года, 18.05.2015 года и 31.12.2015 года)

3. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (далее – СанПиН 2.4.2.2821-10);

4. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

5. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования»;

6. Рабочая программа по воспитанию ГАНОУ СО "Губернаторский лицей";

7. ООП НОО ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" (приказ № 72-ОД от 27.03.2024);

8. Учебный план ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" на 2024-2025 учебный год ФГОС НОО (приказ № 74 ОД от 27.03.2024).

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РИТМИКА

Образовательная цель программы: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до балетного спектакля.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РИТМИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

На изучение курса «Ритмика» отводится - 34 часа (1 час в неделю, 34 недели)

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РИТМИКА

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми 3-4 классов проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1 КЛАСС

1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Броуновское движение.

2.РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (мячики, блоки). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (резина, блок, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, подъем на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта,

деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне; притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

2 КЛАСС

1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

2. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (блоки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев. Танцы и пляски Зеркало.

3 КЛАСС

1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

2. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резины). Повороты туловища в

сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через резину. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (мячами, резинами, блоками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные подскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, подскоки. Основные движения народных танцев.

1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

2. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (мячи).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой. С позиции приседания в присед с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев. Разучивание бытовых-бальных танцев.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА «Ритмика» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Планируемые результаты освоения ООП НОО соответствуют современным целям начального общего образования, представленным во ФГОС НОО как система личностных, метапредметных и предметных достижений обучающегося.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения ООП НОО достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности образовательной организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

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

2. Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

3. Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

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

движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности познавательных, коммуникативных и регулятивных универсальных действий, которые обеспечивают успешность изучения учебных предметов, а также становление способности к самообразованию и саморазвитию. В результате освоения содержания программы начального общего образования, обучающиеся овладевают рядом междисциплинарных понятий, а также различными знаково-символическими средствами, которые помогают обучающимся применять знания, как в типовых, так и в новых, нестандартных учебных ситуациях.

1. Регулятивные:

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи; - в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; - накопление представлений о ритме, синхронном движении;

- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности;

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок; - учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале; - планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- самовыражение ребенка в движении, танце;

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

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

2. Познавательные:

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя;

- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения; - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; - начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;

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

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

- повторять любой ритм, заданный учителем;

- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами);

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

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

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); - формулировать собственное мнение и позицию; - договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; - умение координировать свои усилия с усилиями других;

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

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно; - под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне; - ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии; - ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; - выполнять игровые и плясовые движения.

2 КЛАСС

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; - организованно строиться (быстро, точно); - сохранять правильную дистанцию в колонне парами.

3 КЛАСС

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

4 КЛАСС

- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение соответствии со сменой частей музыкальных фраз.

- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время быстро-ритмичного танца;

- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Музыкальные этюды.	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Постановка корпуса, рук и ног. Постановка пары. Основные правила	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Общеразвивающие упражнения	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Ритмико-гимнастические и координационные упражнения	8	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Движения по линии танца	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Игровые комбинации	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Индивидуальные задания.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Танец «Лети»	2,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Танец «Полька»	4,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Урок-смотр знаний	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1	Вводный урок	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Музыкальные этюды	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Общеразвивающие упражнения	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Танец «Полька»	3,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Танец «Лети»	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Движения по линии танца	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Тренировочный танец «Лошадка»	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Танец «Колыбельная»	4,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Ритмико-гимнастические упражнения	7	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Элементы народной хореографии	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Урок-смотр знаний	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12	Вводный урок	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
13	Музыкальные этюды	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1	Вводный урок	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Музыкальные этюды	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Общеразвивающие упражнения	7	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Танец «Клыбельная»	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Танец «Книга»	4,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Ритмико-гимнастические упражнения	6	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Упражнения на развитие координации движения	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Танец «Чудо»	3,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Я- герой сказки	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Урок-смотр знаний	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1	Вводный урок	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Музыкальные этюды	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Общеразвивающие упражнения	7	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Танец «Книга»	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Танец «Чудо»	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Ритмико-гимнастические упражнения	6	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Упражнения на развитие координации движения	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Танец «Вальс»	4,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Танец «Лицеист»	3,5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Я- герой сказки	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Урок-смотр знаний	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

-

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000 год.
2. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002.
4. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 1981.
5. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
6. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 1999.
7. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 1997.
8. Пособие по ритмике для 2 класса музыкальной школы. М., 2005.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. ФГИС «Моя Школа»: <https://myschool.edu.ru/>

Приложения:**Календарно-тематическое планирование
1 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Музыкальный этюд «Пружинка».	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Постановка корпуса. Основные правила	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Позиции рук. Основные правила.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Позиции ног. Основные правила.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Движения на развитие координации.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Музыкальный этюд «Листья».	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Движения по линии танца анфас	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Движения по линии танца в профиль	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12	Комбинация «Гуси»	1	Комбинированный	Библиотека ЦОК

		урок	https://m.edsoo.ru/
13	Комбинация «Слоник»	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14	Индивидуальные задания.	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15	Ритмико-гимнастические упражнения.	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16	Музыкальный этюд «Цыплята».	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17	Позиции в паре. Основные правила.	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
18	Танец «Лети». Элементы танца.	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
19	Танец «Лети». Рисунок танца.	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20	Упражнения для улучшения гибкости спины.	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21	Упражнения для улучшения растяжки.	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22	Ритмико-гимнастические упражнения	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23	Комбинация «Стопы»	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24	Музыкальный этюд «Стирка»	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
25	Комбинация «Ручки»	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
26	Ритмико-гимнастические упражнения	1 Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27	Ритмико-гимнастические	1 Комбинированный	Библиотека ЦОК

	упражнения		урок	https://m.edsoo.ru/
28	Основные движения танца «Полька». Разучивание движений.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
29	Основные рисунки танца «Полька». Разучивание рисунков.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30	Объединение движений и рисунков танца «Полька».	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31	Повторение движений и рисунков танца «Полька».	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
33	Репетиция танца «Полька» и «Лети»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
34	Урок-смотр знаний	1	Урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
Всего часов		34		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Музыкальный этюд «Бабочки»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Общеразвивающие упражнения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Танец «Полька» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Танец «Полька» Основные рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Танец «Полька» Общее повторение	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Танец «Лети» Основные движения и рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Танец «Лети» Общее повторение	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Движения по линии танца анфас	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Движения по линии танца в профиль	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12	Тренировочный танец «Лошадки» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

13	Тренировочный танец «Лошадки» Позиции рук	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14	Музыкальный этюд «Птицы»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15	Танец «Колыбельная» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17	Танец «Колыбельная» Основные рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
18	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
19	Танец «Колыбельная» Объединение рисунка и движений	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21	Танец «Колыбельная» Отработка синхронности	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23	Элементы народной хореографии: ковырялочка	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24	Элементы народной хореографии: моталочка	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
25	Элементы народной хореографии: веревочка	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
26	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27	Музыкальный этюд «Березка»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

28	Общеразвивающие упражнения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
29	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
33	Репетиция танцев «Полька» и «Колыбельная»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
34	Урок-смотр знаний	1	Урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
Всего часов		34		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке ,при выполнении упражнений , разучивании танцев	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Музыкальный этюд «Котята»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Танец «Колыбельная» Основные рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Танец «Колыбельная» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Танец «Колыбельная» Повторение	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Музыкальный этюд «Пружинка»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

12	Упражнения на развитие координации движения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
13	Упражнения на развитие координации движения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14	Упражнения на развитие координации движения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15	Танец «Книги» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17	Танец «Книга» Рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
18	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
19	Танец «Книга» Повторение	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21	Танец «Книга» Отработка синхронности	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23	Музыкальный этюд «Карандашики»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24	Общеразвивающие упражнения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
25	Общеразвивающие упражнения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

26	Танец «Чудо» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27	Упражнения на развитие координации движения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
28	Танец «Чудо» Рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
29	Танец «Чудо» Объединение	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30	Я-герой сказки. Любимый персонаж сказки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
33	Репетиция танцев «Книга» и «Чудо»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
34	Урок-смотр знаний	1	Урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
Всего часов		34		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Музыкальный этюд «Лес»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Ритмико- гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Танец «Книга» Основные рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Танец «Книга» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8	Танец «Книга» Повторение	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Ритмико- гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Танец «Чудо» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12	Танец «Чудо»	1	Комбинированный	Библиотека ЦОК

	Основные рисунки		урок	https://m.edsoo.ru/
13	Упражнения на развитие координации движения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14	Упражнения на развитие координации движения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15	Танец «Вальс» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17	Танец «Вальс» Основные рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
18	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
19	Танец «Вальс» Объединение рисунка и движений	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21	Танец «Вальс» Отработка синхронности	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23	Музыкальный этюд «Стул»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24	Общеразвивающие упражнения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

25	Общеразвивающие упражнения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
26	Танец «Лицеист» Основные движения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27	Упражнения на развитие координации движения.	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
28	Танец «Лицеист» Рисунки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
29	Танец «Лицеист» Объединение	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30	Я-герой сказки. Любимый персонаж сказки	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32	Общеразвивающие упражнения	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
33	Репетиция танцев «Вальс» и «Лицеист»	1	Комбинированный урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
34	Урок-смотр знаний	1	Урок	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
Всего часов		34		