

**Комитет по образованию Администрации Старорусского муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»**

ПРИНЯТО

На педагогическом совете

МАУДО «Центр детского творчества»

Протокол № 1 от 14.08.2026

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора

МАУДО «Центр детского

творчества»

№ 92 от 18.08.2026

**Дополнительная развивающая программа
Первые шаги на сцене**

Направленность: художественная

Уровень освоения: базовый

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Срок реализации программы: 3года

Автор- составитель программы :

педагог дополнительного образования

Шевелева Светлана Николаевна

г.Старая Русса
2026

**Михайлова Галина
Петровна**

Подписано цифровой подписью:
Михайлова Галина Петровна
Дата: 2026.09.08 22:10:26 +03'00'

Пояснительная записка

В эстетическом воспитании подрастающего поколения важная роль отводится искусству, в частности – хореографическому. Хореографическое искусство является одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности и в настоящее время оно приобретает все большее значение, так как является массовым, доступным для всех.

Хореографическое образование и воспитание получают десятки тысяч детей учреждений дополнительного образования и школах. Занятия доставляют детям радость, поднимают настроение, повышают жизненный тонус, так как дети испытывают постоянную потребность в движении. Через движение они эмоциональней и глубже воспринимают музыку.

Приобщать детей и подростков к миру Прекрасного, учить его отличать подлинное искусство от подделки, прививать с самого детства хороший вкус, закладывать те добрые основы, которые помогут вырасти человеком с тонким чувством изящного, человеком, чья душа открыта навстречу всем проявлениям творческого таланта – вот главная задача педагога дополнительного образования.

Направленность образовательной программы. Данная программа предназначена для занятий в хореографических объединениях учащихся. Актуальность проблем художественной направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования (Мин. обр.РФ от 29.11.01). В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

В основу данной программы положены следующие нормативные документы, регламентирующие деятельность в сфере дополнительного образования:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН

1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"».

6. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества».

8. Локальные нормативные акты МАУДО «Центр детского творчества».

9. Письмо Минпросвещения России от 10 декабря 2019 года № Д-245/06 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».

10. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный приказом Минтруда России от 22 сентября 2021 года № 652н.

С учётом

Письма Минобрнауки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

Отличительная особенность: программа служит логическим продолжением программ «Основы пластики и движение в танце», направленной на изучение трех направлений танцевального искусства: классического, балетного, и народного. Программа не исключает возможности включения в образовательный процесс обучающихся без базовой хореографической подготовки. Однако в средней возрастной категории есть свои трудности, особенно в работе с мальчиками. По мере взросления мальчики начинают больше увлекаться различными видами спорта, считая спорт более достойным для мужчины занятием.

Учитывая эти сложности, педагог должен поддерживать интерес детей к танцу, например, продолжать изучение танцев-игр или же, напротив, делать акцент на изучении танцевальных новинок, которые привлекают внимание детей среднего возраста, вводить в уроки соревновательный момент, как можно активней включать в занятия элементы новой танцевальной техники — современной пластики, использовать для музыкального сопровождения популярные среди подростков современные инструментальные и даже вокальные произведения.

Привлекательным моментом всегда будут короткие паузы в занятии для изучения основ актерского мастерства — жестов и поз.

Цели и задачи обучения.

Целью программы - создание условий для приобщения детей к танцевальному искусству, развитие их художественно-творческих способностей средствами ритмики и танца с учетом их индивидуальных способностей .

Основные задачи:

Обучающая:

формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытие творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Возраст детей участвующих в реализации дополнительной образовательной программы 11-13 лет. Состав группы переменный; мальчики, девочки. Набор обучающихся свободный.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы: продолжительность образовательного процесса 3 года

1-3 год обучения – освоение усложненных элементов историко- бытовых и бальных танцев, а также народного танца. Программа рассчитана на три года, что условно может совпадать со средним школьным возрастом (11-13 лет).

Основные задачи:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), изучение танцевальных элементов;
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

Данная программа рассчитана на 3 года. Преподаваемый материал постепенно усложняется новыми элементами.

Формы занятий. Групповая (общегрупповая и в подгруппах).

Возможна реализация программы в дистанционной форме обучения с использованием специализированных электронных платформ и сервисов в порядке, установленном Положением об использовании электронных сервисов и организации электронного взаимодействия в МАУДО «Центр детского творчества».

Информационные площадки

Для информационного сопровождения программы используются официальные электронные сервисы (информационные площадки). Их перечень и порядок применения установлены Положением об использовании электронных сервисов и организации электронного взаимодействия в МАУДО «Центр детского творчества».

Информационная площадка <https://vk.com/club193441978>

Режим занятий.

Общее кол-во часов в год- 1, 2 год обучения 144ч. в год, (36 недель, 2 раза в неделю по 2 академических часа) 3 год обучения 216 ч. в год (36 недель, 3 раза в неделю по 2 академических часа). Продолжительность академического часа 40 минут. Во время занятий предусмотрены 10 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

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. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей.

Структура занятий

Структура занятий включает в себя три основные части: *подготовительную, основную, заключительную.*

Подготовительная часть занятия

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. *Задачами* этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. *Основными средствами* подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия. *Задачами* основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление); хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности : На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. *Основные задачи* – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость. *Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Для реализации программы применяются методы и приемы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

5. Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование

Ожидаемые результаты освоения программы и способы их проверки.

Программа «Первые шаги на сцене» способствует формированию у обучающихся умений и навыков, универсальных способов деятельности. В этом направлении приоритетными для учебного курса являются умения:

- иметь представления о пространстве и ориентироваться в нем;
- передавать в движении нюансы музыки;
- приобретение навыков коллективных действий;
- осуществление самоконтроля;

К числу планируемых результатов освоения программы отнесены:

- **личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

- **метапредметные результаты**— обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

- **предметные результаты** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- проведение открытых уроков для родителей;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итоговых занятий в конце года.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения

Программа «Хореография» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

Межпредметные связи

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам:

«Музыкальная гостиная», «Эстрадный вокал», «Театр игры», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.

«Наш край», «Историческое краеведение» «Риторика» где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается с программой физкультурно-спортивной направленности: и по строению занятия, и по его насыщенности, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Учебный план Первый год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
1.	Вводное занятие Техника безопасности	4	2	2	Опрос
2	элементы классического танца	36	8	28	Контрольный просмотр, опрос
4	Элементы народно -сценического танца	40	10	30	Контрольный просмотр, опрос
5	Бальный танец	30	6	24	Контрольный просмотр
6	Азбука музыкального движения	10	2	8	Контрольный просмотр
7	Развитие пластики тела	10	2	8	Контрольный просмотр
	Концертная деятельность	8		8	Участие в концертах
8	Промежуточная аттестация	6		6	Отчетный концерт
	Итого часов	144	30	114	

Содержание первого года обучения

1. Вводное занятие

Знакомство с обучающимися. Введение в образовательную программу.

Техника безопасности Инструктаж по технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. Культура поведения на учебных занятиях. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «Знакомство»

2. Основы классического танца

В программе по классическому танцу предусмотрен определенный порядок изучения движений. Движения изучаются по принципу исполнения экзерсиса. Все элементы начинают изучаться у станка, большинство из них, кроме portdebras, – лицом к станку, упражнения группы battement первоначально изучаются лицом к станку и в направлении «в сторону». По мере усвоения учащиеся исполняют упражнения, держась одной рукой за станок, и затем переносят в экзерсис на середине зала. Раздел allegro учащиеся также начинают изучать у станка.

Программный материал изложен по принципу возрастающей степени трудности. Для достижения стабильного результата необходимо наряду с изучением новых движений закреплять и пройденный материал, т.е. включать

его в более сложные комбинации, которые вырабатывают мышечную силу, устойчивость, координацию движений, а также выносливость и волю к преодолению трудностей.

Необходимо оптимальное и равномерное распределение силовой нагрузки как в отдельных частях урока, так и в самих упражнениях. При построении учебных примеров важна логичность сочетания движений, которая не позволит перегружать упражнения излишним

Работа над закреплением пройденного материала и изучение нового. Внимание к точности исполнения движений.

Активизация работы костно-мышечного аппарата учащихся. Ссылка на видео https://vk.com/video22035519_167532960

Экзерсис у станка

1. Demi-plié по 1,2,3,5 позициям.
2. Grandplié по 1,2, 3,5 позициям.
3. Battementtendu: из V позиции в сторону, вперед, назад; с опусканием пятки по II позиции; с demi-plié в V позицию (изучается во 2-м полугодии).
4. Battementtendusoutenu из V позиции в сторону, вперед, назад, носком в пол*.
5. Battement tendu jeté из V позиции.
6. Préparation rond de jambe par terre en dehorset en dedans.
7. Положения ног sur le cou-de-pied («условное» для battement fondu).
8. Battement fondu в сторону, вперед, назад носком в пол.
9. Battement relevé lent на 45° из V позиции во всех направлениях.
10. Relevé на полупальцы по V позиции с вытянутых ног и с demi-plié.
11. Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног (изучается во 2-м полугодии).
12. I port de bras выполняется с ногой, вытянутой на носок вперед, в сторону, назад.

Экзерсис на середине зала

1. Позы классического танца: croisée, effacée.
2. Demi-plié по V позиции в épaulement.
3. Battementtendu: с V позиции во всех направлениях; с опусканием пятки во II позицию.
4. Battement tendu jeté из V позиции.
5. Rond de jambe par terre en dehorset en dedans.
6. Battement relevé lent на 45° из I позиции во всех направлениях.
7. Relevé на полупальцы по V позиции с вытянутых ног и с demi-plié (изучается во 2-м полугодии).
8. Вращение на двух ногах в V позиции на полупальцах на одном месте (с поворотом головы в зеркало).
9. Pas de bourrée suivi по диагонали и в повороте.
10. Pas couru (легкий бег) по I прямой позиции по диагонали вперед и назад.

Allegro

1. Temps leve sauté по V позиции.
2. Changement de pied.
3. Pas échappé по II позиции.

4. Pasbalancé в сторону.

3. Элементы народно -сценического танца

Русский народный танец

Нет необходимости говорить о степени важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений,

Форм (хороводы, кадрили, переплясы, пляски), сюжетов(лирические, игровые, веселые, удалые).В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец может быть предоставлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

<https://ok.ru/video/8677688626?fromTime=18>

Основные положения рук

1. Подготовительное первое и второе
2. Подготовка к началу движения
3. Положения рук в парных и массовых танцах-«цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Основные положения ног 1. Позиции ног-1-я, 2-я, 3-я свободные и прямые, 1-я, 2-я закрытые.

Элементы танца

1. Раскрывание и закрывание рук
 - А) одной руки Б) двух рук
 - В) поочередные раскрывания рук
 - Г) переводы рук в различные положения
2. Поклоны
 - А) на месте без рук и с руками
3. Притопы
 - А) одинарные (женские и мужские) Б) тройные
4. Простой (бытовой) шаг А) вперед с носка Б) вперед с каблука
5. Простой русский шаг:
с притопом с продвижением вперед
6. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции
7. «Гармошка»
8. «Елочка»
9. Припадание
в сторону по 3-й свободной позиции
10. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям)
11. Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах
12. Перескоки на месте.
13. «Веребочка» простая
14. «Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом

15. «Ключ» простой с переступаниями
16. Хлопки и хлопущки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары)
 - А) в ладошки Б) по бедру
 - В) по голенищу сапога
17. Присядки (для мальчиков)
 - А) Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям. Б) Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной позициям
 - В) Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям
 - Г) Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону

Белорусский народный танец.

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения детей. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью.

Характер движений белорусских танцев легкий и трамплинный. Наиболее известный и танцами в Белоруссии являются «Лявониха» ,«Крыжачок» и полька. <https://youtu.be/WVrwTuRbkOE>

На втором году обучения предлагается танцевальный материал из танца «Крыжачок». ПОЛОЖЕНИЯ РУК

- 1 положение рук в сольном танце

Б положения рук в массовых и парных танцах Б подготовка к началу движения ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦА « КРЫЖАЧОК» Притопы одинарные

- 2 Подскоки на месте на двух ногах по 1-й прямой позиции: Основной ход «Крыжачка»

- Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед " Тройные притопы с поклоном

Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из стороны с сторону (для мальчиков) Веревоочка» с переступанием

- 1 Кружение с припаданием

ТАНЦЫ ПРИБАЛТИЙСКИХ РЕСПУБЛИК

Эстонские, литовские, латвийские танцы не очень сложны технически и доступны для усвоения детьми. Композиция этих танцев и их игровое содержание помогают развить координацию и выносливость. <https://youtu.be/PT41wDXJRoU>, <https://youtu.be/TTIHMBowWJ9E> На втором году обучения предлагаются элементы танца «Козлик» (литовский танец) и элементы польки.

Положение ног в танце «Козлик»

- 2 Положение руте в танце «Козлик»

: Положение рук в парных и массовых танцах Подготовка к началу движения

ДВИЖЕНИЯ ТАНЦА «КОЗЛИК» (музыкальный размер 2/4)

Простые шаги на приседании 1 Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением

3. Прыжки с первой прямой во вторую прямую позицию и обратно
4. Прыжки с перекрещенными ногами

5. Прыжки с выбрасыванием ноги в сторону
6. Прыжки с поджатыми ногами на месте и с продвижением назад и вперед

ДВИЖЕНИЯ ПОЛЬКИ

1. Простые подскоки польки
 - А) на месте Б) вокруг себя
 - В) с продвижением назад, вперед и в сторону
2. Простые подскоки с хлопками и поклонами
3. Простые подскоки в повороте парами под руки
4. Галоп в сторону

4. Бальный танец

Передача в движении характера музыки и ее ритмического рисунка. Выделение сильной доли. Движение «из-за такта», «и». Построения и перестроения. Построение «корзинка» из двух concentрических кругов. Построение «цепочки» (шен).

1. «Полька» Танец свободной композиции, широко использующий все основные движения и позы, принятые в польке. Характер танца веселый, бодрый, подвижный. Муз.размер-2/4, темп умеренно быстрый.
<https://youtu.be/SWN0aWKioTA>

2. «Вальс-мазурка». Композиция танца определенная, состоит из двух частей, занимает 32 такта музыки, первая часть включает движения мазурки (па де буре, голубец) и исполняется в быстром темпе. Вторая часть построен7а на элементах вальса. Муз. Размер-3/4, темп умеренный.
<https://youtu.be/RcQ9jFhTRFQ>

3. «Вальс-гавот». Танец создан в XX в., когда большим успехом пользовались комбинированные композиции, сочиненные по мотивам популярных бальных танцев. Вальс-гавот-танец определенной композиции, состоит из двух частей. Первая часть построена на элементах гавота и занимает 16 тактов. Вторая часть включает движения вальса и занимает 32 такта. Связующим звеном является поклон, который исполняется на один такт. Муз.размер первой части-4/4, темп умеренно медленный. Муз.размер второй части $\frac{3}{4}$, темп умеренно быстрый. Движения кавалера и дамы аналогичны и исполняются одновременно. <https://youtu.be/6SUv3krAKnc>

4. «Мазурка» Основной послужил польский народный танец «Мазур», распространенный в Мазовии. В этом танце нет определенной последовательности фигур. Основные движения исполняются подчеркнуто ритмично. В танец можно включить элементы вальса. Переходы спиной друг к другу (до-за-до). Партнер может опускаться на правое или левое колено, обводя партнершу вокруг себя. Используется ключ при переходах от одной фигуры к другой. Муз. Размер-3/4, темп умеренно быстрый.
https://vk.com/video11645262_456239947

5.Азбука музыкального движения.

Беседа об основных понятиях и их разъяснение: музыкальный размер, направления движения, степени поворота.

Система упражнений, направленная на развитие музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу».

Развитие ритмического восприятия.

Виды музыкальных размеров: 2/4, 3/4, 4/4.

Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу». Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

Развитие музыкальности.

Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Различие танцев по характеру, темпу, размеру: вальс, полонез, польку. Беседа о жанре, характере и музыкально-выразительных средствах помогает развивать логическое мышление ребенка и поднимать уровень его общего культурного развития.

Игра «Найди свой путь», движение по залу со сменой направлений под музыку. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре, перестроения из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), «звёздочка», «конверт». Музыкально-ритмические упражнения на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм», «Динамика», «Музыкальная фраза», «Акцент». Оформление урока музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком. Детям предлагается вразброс танец, марш, песню, которые следуют друг за другом, внезапно обрываясь. Дети должны быстро перестроиться и исполнять заданные движения, меняя их в соответствии со сменой звучания музыкального жанра. Например, под марш они начинают маршировать, под песню берут микрофон и открывают рот, словно поют, под танец выполняют танцевальные движения. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

Паузы в движении и их использование.

Виды музыкальных размеров танцев.

Игра «Сделал - остановись».

Т а н ц е в а л ь н ы е ш а г и : с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук. Шаги, выполненные через выпад вправо-влево, вперед-назад.

6.Развитие пластики тела.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений

Система специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме

Упражнения на осанку.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса: наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперёд, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела, «джазовый квадрат», растягивание и скручивание мышц поясничного отдела позвоночника. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

Упражнения на растяжку.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце. Понятие о мышечном тонусе. Разнонаправленное растяжение.

Основы гимнастики на полу, игровой стретчинг. Развитие навыков растяжения и расслабления. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений: вращения в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

Упражнения на пластику.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц.

Работа по классическому экзерсису на полу (система движений «партер» на полу). Эта система помогает сделать тело подвижным, послушным, прекрасным. Здесь пол служит как бы инструментом, помогающим выпрямлять, вытягивать, разворачивать, развивать в нужном направлении костно-мышечный скелет ребенка, исправлять физические недостатки. На занятиях дети пользуются специальными гимнастическими ковриками. Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Эти упражнения также способствуют растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, укрепляют все группы мышц ног, приучают к ощущению вытянутости ноги, в том числе пальцев ног и всей стопы. Упражнения по всем уровням выполняются по заданию преподавателя. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой

Учебный план Второй год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие Техника безопасности	4	2	2	Опрос
2	Основы классического танца	40	4	36	Контрольный просмотр, опрос
4	Элементы народно сценического танца	40	4	36	Контрольный просмотр, опрос
5	Бальный танец	40	4	36	Контрольный просмотр
	Концертная деятельность	12		12	Участие в концертах
8	Промежуточная аттестация	8		8	Отчетный концерт
	Итого часов	144	14	130	

Содержание второго года обучения

1. Вводное занятие

Знакомство с обучающимися. Введение в образовательную программу.

Техника безопасности Инструктаж по технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. Культура поведения на учебных занятиях.

2. Основы классического танца

Задачи

Дальнейшее изучение элементов экзерсиса у станка.

Ускорение темпа исполнения движений.

Работа над выразительностью исполнения.

Развитие устойчивости корпуса на середине зала.

Экзерсис у станка

1. Позиция ног – IV.
2. Demi-plié по IV позиции.
3. Grand-plié по IV позиции (изучается во 2-м полугодии).

4. Battementtendu с demi-plié во II позиции без перехода с опорной ноги.
5. Battementtendujeté : с demi-plié в V позицию во всех направлениях, piqué в сторону, вперед, назад.
6. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié.
7. Battementfondu на 45° во все направления.
8. Battementretiré на 90° (поднимание работающей ноги до колена опорной ноги спереди и сзади и возвращение в позицию).
9. Battementfrappé на 30° во все направления.
10. Petit battement sur le cou-de-pied безакцентоввперединазад.
11. Battementrelevé на 90° во все направления с I позиции (во 2-м полугодии с V позиции).
12. Pasdebourréesimpleendehors с переменной ног (изучается лицом к станку).
13. Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с demi-plié.
14. II Port de bras.

Экзерсис на середине зала

1. Demi-plié по IV позиции enface и épaulement (к концу года).
2. Grand – plié по I и II позициям enface.
3. Battementtendu: с demi-plié во II позицию без перехода с опорной ноги (изучается во 2-м полугодии), с passé par terre.
4. Battementtendujeté: с demi-plié в V позицию во всех направлениях, piqué во все направления.
5. Préparationдляrond de jambe par terre en dehors et en dedans .
6. Battementfondu носком в пол во все направления.
7. Battementfrappé носком в пол во все направления.
8. Temps lié par terreвперед.

Allegro

1. Pasassemblé с открыванием ноги в сторону.
2. Paséchappe во 2-ю позицию.

Основные требования

Учащиеся должны:

обладать координацией движений, способствующей выразительному и музыкальному исполнению упражнений;

уметь продемонстрировать на середине зала устойчивость (апломб) и понимание основных задач allegro;

обладать достаточной силой мышц и выносливостью для исполнения упражнений.

4.Элементы народно - сценического танца

Русский народный танец(музыкальный размер 2/4, 4/4)

1. Перекат-боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы
2. Переборы (pasdebourree)
3. «Ключ» дробный сложный
4. «Ключ» хлопущечный
- 5 «Маятник»
- 6 «Веревочка»
- Простая и двойная с притопами
- Простая и двойная с «ковырялочкой»
- простая и двойная с подскоками на одной ноге , другая на щиколотке сзади
- простая и двойная с поворотом (joutenu) на 360" в приседании на полупальцах
7. При «веревочки» и подскок с поджатыми ногами
8. Дробные дорожки с заключительным ударом
9. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу
10. Присядки
11. Прыжки

Украинский народный танец

Украинское народное творчество отражает многовековую историю народа. Исполнение женских и мужских танцев различно. Женские- лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями. <https://youtu.be/DvZh6VGMkgo>

Элементы танца:

1. Позиции и положения ног
2. Позиции и положения рук
3. Позиции и положения рук в парном танце и массовом
4. Подготовка к началу движения
5. Поклоны
6. Притоп
7. «Веревочка»
8. «Припадание»
9. «Ковырялочка»
10. «Бигунец»
11. « Голубцы»
12. Вращения
13. Присядки
14. «Тынок» (перескок с ноги на ногу)

15. ИТАЛЬЯНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ «ТАРАНТЕЛЛА»

(музыкальный размер 6/8)

Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла» довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует хорошей техники, яркой выразительности корпуса и четкой координации движений. Однако в начальной стадии изучения элементов танца не следует увлекаться в замедленном темпе,

так как характер танца быстрый и жизнерадостный. <https://youtu.be/H4x-pAgppwU>

Элементы танца

1. Положения ног характерные для танца
2. Положения рук с тамбурином
3. Положения рук в танце
4. Скольжение на носок
5. Шаг с ударом носком по полу (pignes)
6. Бег pas emboites
7. Pasdallone шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене
8. Подскоки.

5.Бальный танец

Тактовые и затактовые вступления в танец (в медленном и быстром темпе).

1. «Рок-н-ролл» Современный танец свободной композиции, исполняется на месте или с незначительным продвижением. Это позволяет танцевать «Рок-н-ролл» при большом количестве пар на площадке. Движения танца строятся на элементах основного хода, состоявшего из прыжков. Для этого танца характерны замкнутые и полузамкнутые позиции соединений рук в паре. Свободные руки не имеют четких определенных позиций, они произвольно сгибаются у корпуса, кисти собраны в неплотные кулачки. Своеобразие танца составляют различные переходы и повороты партнеров, смена рук. Необычным в этом танце является то, что движения в танце занимают шесть четвертей т.е. полтора такта. Это создает определенные трудности при разучивании. Для облегчения в практике иногда употребляется счет «раз»-«два»-«три»-«четыре»-«три-четыре». Для сопровождения можно использовать современную музыку с муз.размером-4/4, темп быстрый. https://youtu.be/IFHYbWu_Yeo

2. «Ча-ча-ча» Начало изучения. «Чек», рука в руке, повороты на месте, плечо к плечу, поворот под рукой направо у девочки. <https://youtu.be/0lKwKjFhsx4>

3. «Медленный вальс». Начало изучения. Перемена с правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот. <https://youtu.be/KI7VfBVr0gc>

4. «Рилио»-построен на основном шаге, двойном шаге на месте, вперед и в повороте, движения «каблучки», сольных поворотах. Авторская композиция. Хореография А. Гинейтиса.

Учебный план Третий год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие Техника безопасности	4	2	2	Опрос
2	Основы классического танца	60	8	52	Контрольный просмотр, опрос
4	Элементы народно сценического танца	64	8	56	Контрольный просмотр, опрос
5	Бальный танец	60	8	52	Контрольный просмотр
6	Концертная деятельность	16		16	Участие в концертах
7	Промежуточная аттестация	12		12	Отчетный концерт
8	Итого часов	216	26	190	

Содержание третьего года обучения

1. Вводное занятие

Знакомство с обучающимися. Введение в образовательную программу.

Техника безопасности Инструктаж по технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. Культура поведения на учебных занятиях.

2. Основы классического танца

Задачи

Исполнение движений у станка с музыкального затакта.

Работа над позами в экзерсисе у станка.

Развитие эмоционально-образного восприятия музыкального сопровождения.

Экзерсис у станка

1. Маленькие и большие позы *croisée* и *effacée* вперед и назад.
2. *Battement tendu*: с *demi-plié* по II позиции с переходом с опорной ноги, с I и V позиций, в маленьких позах.
3. *Battement tendu jeté*

4. Rond de jambe en dehorset en dedans навсейстопе.
4. Battementfondu на всей стопе на 45° .
5. Battementfrappé во все направления на 30°.
6. Battementrelevé на 90° вперед и назад.
7. Grandbattementjeté с V позиции во все направления.
8. III portdebras исполняется с ногой, вытянутой на носок, и с demi-plié на опорной ноге.

Экзерсис на середине зала

1. Grand –plié по V позиции enface, во 2-м полугодии – épaulement.
2. Battementtendu с demi-plié по II позиции с переходом с опорной ноги.
3. Battement tendujetébalancoir en face (изучается во 2-м полугодии).
4. Rond de jambe par terre en dehorset en dedans на demi-plié.
5. Battementrelevé на 90° enface с V позиции во все направления.
6. Grandbattementjeté из V позиции enface во все направления.
7. Pasdebourréesimple с переменной ног en dehors (изучается во 2-м полугодии).

Allegro

1. Tempslevé sauté
2. Petit changement de pied en face
3. Pasassemblé вперед и назад enface.
4. Paschape по II и IV позициям с окончанием в épaulement.

Основные требования

Учащиеся должны:

показать усвоение программы третьего года обучения;
 обладать более высокой степенью координации движений и выразительностью исполнения;
 понимать характер музыкального сопровождения и верно согласовывать действия с музыкальным ритмом при творческом восприятии темы-мелодии.

3.Элементы народно сценического танца

Второй год обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала. А так же более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений учащихся. Изучаются элементы русского и белорусского танцев, а так же вводятся элементы одного из танцев прибалтийских республик. Особенностью предлагаемого материала на втором году обучения является его внешняя схожесть. Это делается для того, чтобы дать учащимся

определенную базу. На которой будет строиться дальнейшее обучение, на конкретных примерах показать стилистические особенности элементов русских народных танцев.

Упражнения у станка

1. Пять открытых позиций ног- аналогичны позициям классического танца
2. Подготовка к началу движения (preparation) А) движение руки
Б) движение руки в координации с движением ноги
3. Переводы ног из позиции в позицию:
А) Скольжением стопой по полу (battementstendus) Б) Броском работающей ноги на 35°
В) Поворотом стоп
- 4 Приседания по 1-й,2-й,3-й открытым позициям музыкальный размер 3/4, 4/4 А) полуприседание (demi -plie) Б) полное приседание (grandplie)
5. Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4)
6. Упражнения напряженной стопой (battementstendus) из 1-й прямой позиции на каблук (музыкальный размер 2/4)
А) с полуприседанием (demi- plie) на опорной ноге Б) с demi-plie в исходной позиции
7. Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 2/4)
а) с полуприседанием на одной ноге
б) с полуприседанием в исходной позиции
- 8 Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й,3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону назад (музыкальный размер 2/4)
а) с demi-plie в исходной позиции
б) в момент перевода работающей ноги на каблук
в) при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию
9. Маленькие броски (battementstendusjetes) вперед, в сторону и назад по 1-й,3-й,5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4,3/4,6/8)
А) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание Б) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги
В) с полуприседанием на опорной ноге Г) с двойными бросками
10. Подготовка к «веревочке» скольжение работающей ноги по опорной (passe) музыкальный размер 2/4.4/4
А) в открытом положении на всей стопе
Б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах
11. Развертывание работающей ноги на 45° (battementsdevloppees) вперед, в сторону, назад, на вытянутой ноге и на denli-plie(музыкальный размер 2/4,4/4)
12. подготовка к «чечетке (flic-flac).мазки подушечкой по полу от себя и к себе (музыкальный размер 2/4,4/4)
а) в прямом положении одной ногой вперед
б) двумя ногами поочередно
13. Опускание на колено на расстоянии стопы опорной ноги (музыкальный размер 4/4)
а) го 1-й прямой позиции
б) с шага, лицом к станку

14 Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4,4/4)

Элементы русского народного танца

1 Поочередное раскрытие рук (приглашение) музыкальный размер 2/4,4/4

2 Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение, и в 4-ю, и 5-ю позиции 3. Бытовой шаг с притопом

4 «Шаркающий» шаг

а) каблуком по полу

б) полупальцами по полу

5. «Переменный» шаг

а) с притопом и продвижением вперед и назад

б) с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад

6. «Девичий ход» с переступаниями

7. Боковое «припадание»

А) с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги

Б) с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги

8. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и движением в сторону

9. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест –на -крест на ребро каблука или носок. На месте или с отходом назад.

10. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе И. «Веревочка»

а) с двойным ударом полупальцами б) простая с поочередными переступаниями в двойная с поочередными переступаниями

12 "Ковырялочка» с подскоками

13 «Ключ» простой на подскоках

14 Дробные движения

А простая дробь на месте

Б тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед

5 простая дробь с полупальцами на месте

Г дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед

15 Присядки (для мальчиков)

А присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по 1-й прямой и открытым позициям

Б присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону В присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук и на воздух

16 Хлопки и хлопушки (для мальчиков)

- удары руками по голенищу сапога спереди и сзади, с продвижением вперед, назад и в сторону

6 фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу в поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади

: по голенищу сапога спереди крест-накрест

16. Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад)

Молдавский народный танец

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темпераментом. Медленная «Хора» широкая «Молдавеняска», огневая «Сырба» отражают труд, быт, характер людей. Элементы Молдавского танца- подскоки, различные ходы, прыжки, вращения в сочетании со сложными движениями рук и ритмическими рисунками- помогают учащимся выработать танцевальность. В основном молдавские танцы массовые, что приучает к ансамблевой дисциплине. https://youtu.be/eA_VjZJb4Uk

Элементы танца (музыкальный размер 2/4,4/4,6/8)

1. Положения ног
2. Положения рук в сольном и массовом танцах
3. Ход с подскоком на месте, с поворотом, с продвижением
4. Бег на месте, с поворотом, с продвижением вперед
5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено (passe)
6. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиций спереди и сзади
7. Ход на одну ногу с прыжком
8. Боковой ход с каблука
9. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге

4.Бальный танец

Прослушивание и разбор музыки латиноамериканских танцев.

1. «Медленный вальс». Повторение пройденного, закрепление навыков. Дополнительно: правый спин-поворот, плетение из позиции променада. Соединение фигур. Несложные композиции. <https://youtu.be/-K17-e0R1vM>

2. «Ча-ча-ча» Повторение пройденного, закрепление навыков. Соединение фигур. Несложные композиции. <https://youtu.be/3Oin53AF2ng>

3. «Самба».Начало изучения. Первое основное движение, «виск» направо, налево, ход в променаде. <https://youtu.be/raR2IqlV4dE>

4. «Быстрый фокстрот». Начало изучения. Четвертые повороты, правый поворот, локстеп вперед и назад. Соединениефигур. Несложные композиции. https://youtu.be/p0H_rv7xKB0

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Материально-техническая база соответствует санитарным и противопожарным нормам, В МАУДО «Центр детского творчества» есть необходимый для реализации программы «Ритмика и балетный танец», специализированный кабинет, который включает в себя: балетный зал площадью не менее 60 кв.м (на 12-15 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие, балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трехстен, зеркала размером 10м x 2м на одной стене; наличие музыкального центра в классе; (фонотеку, видеотеку).
Наличие музыкального инструмента(фортепиано)

Учебно-методическое обеспечение программы

Основные методы обучения:

Наглядный:

- показ педагогом движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

Словесный: обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

Мотивации и стимулирования.

Формирования сознания.

Методика изучения движений.

Успешное усвоение материала зависит от выбора оптимального объема, определения отобранных движений, которые необходимо довести до уровня двигательных навыков и умений, а некоторые – до ознакомительного начального уровня; рациональной систематизации движений на основе применения педагогических правил от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному и т.д. Физическая нагрузка должна соответствовать возрасту участников, а также необходимо учитывать общую нагрузку в течении всего занятия.

Движения изучаются поэтапно:

- этап ознакомительного начального разучивания;
- этап углубленного разучивания и переход к стадии совершенствования;
- этап совершенствования, упрочнения навыка, формирования умений оптимального использования в различных условиях.
- При разучивании движений необходимо учитывать следующие правила:
 - не начинать изучение нового материала пока полностью не будет усвоено разучиваемое движение (концентрированное изучение);
 - обучение новому движению после овладения основным механизмом техники предыдущего движения (рассредоточенное изучение);
 - изучение нового движения после усвоенного предыдущего до уровня двигательного умения (т.е. правильного выполнения при специальной фиксации внимания), затем многократно и периодически возвращаться к

повторному разучиванию (концентрированное, затем рассредоточенное изучение).

Методические рекомендации по организации учебного процесса

Ритмическая разминка

Для детей характерны специфические психологические особенности (рассеянное внимание, утомляемость, быстрая усталость), поэтому ритмическая разминка, это частое чередование одного движения с другим, смена музыкального темпа, настроения, делает занятия не скучными, а насыщенными и интересными. Занятия «Ритмической разминкой» служат задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки ребенка, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания.

На занятиях «Ритмическая разминка» на первых этапах следует выделить движения ног, так как импульсы от ходьбы, бега, прыжков получает все тело.

Занятия ритмической разминкой развивают у детей музыкальный слух, память, чувство ритма, формируют художественный вкус.

Задача этого направления – привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. В современном танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине и в партере. По функциональным задачам можно выделить три группы упражнений. Первая группа – это упражнения стретч-характера, т.е. растяжение. Вторая группа упражнений связана с наклонами и поворотами торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы. Третья группа упражнений связана с разогревом ног.

Лексика. *Целевая направленность:* овладение основами современной хореографии и техникой исполнения, умение ориентироваться в стилях и направлениях современного танца, развитие пластики, легкости движения, творческого потенциала воспитанников, воспитание художественного вкуса. Основой техники современного танца служит позвоночник, поэтому главная задача педагога развить у учащихся подвижность во всех его отделах. Основные движения: наклоны торса, изгибы, спирали, bodyrole («волны»), contraction, release, tilt, layout.

Форма работы: коллективная, групповая, индивидуальная.

- Танцевальные комбинации на развитие общих физических данных.
- Позы и движения на растяжку.
- Элементы гимнастики и акробатики.
- Знакомство с современными стилями и новыми направлениями современного танца.

Кросс

Передвижение в пространстве (различные шаги, бег, повороты, прыжки, вращения). Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль танца.

Постановка танца

Последним, завершающим, разделом урока являются комбинации. Здесь все зависит от фантазии педагога, его балетмейстерских способностей. Они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений, в партере. Главное требование комбинаций – ее танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех

средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителей.

Основные этапы последовательности подхода к постановочной работе:

1. Дать общую характеристику танца:
 - а) рассказать историю возникновения танца, направления.
 - б) рассказать сюжет танца.
2. Слушание музыки и ее анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз).
3. Работа над образом: характер образа, специфики поз (руки, корпус, голова).
4. Разучивание движений танца.

При разучивании движений танца с детьми хорошие результаты дает метод, при котором они повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога и затем исполняют самостоятельно. Движения должны быть чисто техническими и исполняться механически, каждое движение должно «дышать», дыхание движения – это и есть выразительность и артистичность

Примерное распределение времени при полуторачасовом занятии:

Ритмическая разминка - 5-7 мин.

Лексика - 20 мин.

Кросс - 15 мин.

Партерная пластика - 15 мин.

Постановка комбинации - 30 мин.

Дети должны обучаться:

- творческому подходу к выполнению движений, реагируя на стимулы, в том числе на музыку и применяя основные навыки.
- смене ритма, изменению скорости, уровня и направления своих движений.
- созданию и исполнению танцев, используя простые движения, в том числе и относящиеся к различным эпохам и культурам;
- выражению и передаче мысли и чувства.

Концертно-творческая деятельность

- Постановочно-репетиционная деятельность:
 - а) подборка музыкального материала;
 - б) предварительный отбор выразительных средств;
 - в) сочинение композиционного построения – рисунок танца.
- Открытые занятия.
- Родительские собрания.
- Мероприятия.
- Экскурсии: парк, музей, выставочный зал, выезд на природу.
- Участие в концертах, фестивалях, конкурсных программах.

Целевая направленность: приобщение к концертной деятельности, развитие мотивации и личностной успешности, внимания и выносливости, самостоятельности и творческой активности, навыков коллективного взаимодействия, воспитание культуры поведения на сцене и во время репетиций.

Учебно-информационное обеспечение программы:

- 1.Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г.№ 1726- р.);
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
4. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». (СанПиН 2.4.4.3172-14);
- 5.Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» от 16 сентября 2016 г.

Материально-техническое оснащение занятий

Основной задачей качественного обучения учащихся зависит не только от высокопрофессионального преподавательского состава, правильно и систематически выстроенного учебного процесса, но и от необходимых условий для проведения учебных и репетиционных занятий.

Для работы необходимо:

светлый просторный зал,оснащённый зеркалами,хореографическим станком, техническими средствами(магнитофон, проигрыватель или муз. центр); две раздевалки: для мальчиков и девочек;

шкафы для хранения гимнастических предметов, ковриков, необходимого реквизита для занятий, методической литературы, учебных тетрадей и т.д.

при возможности необходимо приобрести видеоаппаратуру; телевизор, видеомангнитофон, видеокамеру для записи и просмотра материала.

коврики учащиеся приносят лично.

в/кассеты,аудиокассеты, компакт диски для записи фонограммы и танцевальных номеров.

пошив сценических костюмов к постановочным номерам, концертная обувь.

баян или аккордеон, фортепьяно для аккомпаниатора.

методическая литература хореографического содержания, книги, сборники, журналы, методички, разработки и т.д.

репетиционная форма (лично) купальник.юбка, балетные тапочки, тфли. для мальчиков можно шорты и футболки.

Рабочая программа воспитания объединения на учебный год

Цель, задачи и результат воспитательной работы.

Цель воспитательной работы – воспитание и развитие социально-активной, образованной, нравственно и физически здоровой личности в изменяющихся условиях общественной жизни.

Задачи:

- Выявление и развитие творческого потенциала и природных задатков каждого ребенка.
- Воспитание трудолюбия, аккуратности, усидчивости, толерантности, умения довести начатое дело до конца, взаимопомощи при выполнении работы, экономичного отношения к используемым материалам, привитие основ культуры труда.
- Формирование полноценной психически и физически здоровой личности с устойчивым нравственным поведением, способной к самореализации и самоопределению в социуме.

Результат воспитания:

Изменение

- развития личностной, социальной, трудовой (профессиональной) и здоровьесберегающей культуры обучающихся;
- общей психологической атмосферы и нравственного уклада школьной жизни;
- детско-родительских отношений.

Календарный план воспитательной работы объединения на учебный год

№ п/ п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения
1.	Участие в проведении Дня открытых дверей	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности объединения	4 неделя августа
2.	Родительское собрание	обсуждение совместных мероприятий, согласование графика работы, формирование состава родительского комитета	1 неделя сентября
3.	анкетирование родителей (анкеты изучения семей учащихся, выявление пожеланий в организации совместных дел). - анкетирование учащихся (взаимоотношение в семье, эмоциональный комфорт).	Диагностика семей обучающихся с целью выбора оптимальных форм взаимодействия	1 неделя сентября

4.	«Будем знакомы»	знакомство друг с другом, кабинетом	1 неделя сентября
5.	Общее собрание объединения (содержание и порядок работы объединения)	выбор актива, разработка плана мероприятий, выбор старост групп, определение функций дежурного	1 неделя сентября
6.	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в МАУДО «ЦДТ»	Знакомство с техникой безопасности и правилами поведения МАУДО «ЦДТ»	2 неделя сентября
7.	Беседа на тему «День солидарности в борьбе с терроризмом»	Борьба с терроризмом	2 неделя сентября
8.	Международный день мира (21.09) беседа «Пусть на планете будет мир!»	Развитие чувства патриотизма и любви к Родине	3 неделя сентября
9.	Международный день пожилых людей – конкурс рисунков «Моя бабушка», «Мой дедушка» 1 октября	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к пожилым людям	1 неделя октября
10.	Беседа «Профессия-учитель»	расширять знания детей о профессии учителя, воспитывать уважение	1 неделя октября
11.	Инструктаж «Как вести себя во время осенних каникул, на водоемах, дорогах, улицах». ПДД, ППБ. Инструктаж «По действиям при получении сообщения о возможном теракте»	Знакомство с правилами поведения на воде, на дорогах. Алгоритм действий при возможном теракте	4 неделя октября
12.	День народного единства 4 ноября «Когда мы едины, мы непобедимы»	Совершенствование духовной и нравственной культуры	1 неделя ноября
13.	Участие в мероприятии, посвящённому Дню матери.	Воспитание любви к матери, родной семье, близким людям	4 неделя ноября
14.	День Конституции РФ – 12.12 – беседа «Наши права и обязанности»	формирование гражданской позиции	2 неделя декабря
15.	Родительское собрание «Итоги первого полугодия»	Демонстрация достижений обучающихся в первом полугодии	3 неделя декабря
16.	Новогодний концерт	Воспитание содружества между объединениями	4 неделя декабря
17.	Инструктажи по технике безопасности во время новогодних представлений	Знакомство с правилами поведения во время новогодних представлений	4 неделя декабря

	и возле елки		
18.	Инструктаж «Как вести себя во время зимних каникул», на льду, дорогах, улицах, первая помощь при обморожении». ПДД, ППБ	Знакомство с правилами поведения на воде, на дорогах, при обморожении	4 неделя декабря
19.	Каникулярные мероприятия	Развитие творческих способностей.	1 неделя января
20.	Инструктаж «Как вести себя во время лыжной прогулки и первая помощь при обморожении»	Знакомство с правилами поведения на лыжной прогулке, при обморожении	4 неделя января
21.	Беседа «Предотвращение опасных ситуаций»	Проверка знаний ПДД	1 неделя февраля
22.	Посещение музея Северо-Западного фронта ко дню освобождения г.Старая Русса от немецко-фашистских захватчиков.	Посещение музея	2 неделя февраля
23.	Международный день родного языка (21.02), беседа «Мы живем в России»	Воспитание культуры родного языка	3 неделя февраля
24.	Изготовление поздравительных открыток и стенгазет к праздникам (День учителя, День пожилых людей, День матери, Новый год, День защитника Отечества, 8 марта, 9 мая и др.)	Активизация творческого потенциала детей, укрепление детско-родительских отношений	в течение года
25.	Викторина «Самый, самый...», в честь Дня защитника Отечества	формирование навыков культурного отдыха	3 неделя февраля
26.	Беседа на тему «Скажи нет вредным привычкам!»	профилактика здорового образа жизни	4 неделя февраля
27.	Инструктаж «Как вести себя во время весенних каникул, на льду водоемов. ПДД, ППБ»	Знакомство с правилами поведения у водоемов	3 неделя марта
28.	Беседа с просмотром видео «Мой край родной»	Прививаем любовь к родному краю	4 неделя марта
29.	Беседа: «Как отмечают 1 апреля в других странах...» День Смеха	шутки, игры, розыгрыши	1 неделя апреля

30.	Конкурс рисунков и макетов к Всемирному дню авиации и космонавтики 12. 04.	расширение кругозора о космических полетах.	2 неделя апреля
31.	Подготовка к отчетному концерту	демонстрация успехов и достижений, приобретенных на занятиях в объединении	4 неделя апреля
32.	Организация и проведение бесед и уроков мужества к годовщине Победы в ВОВ.	Воспитание патриотизма, уважения к ветеранам ВОВ	1 неделя мая
33.	Мониторинг удовлетворенности деятельностью педагога объединения.	Диагностика удовлетворенности работой объединения.	2 неделя мая
34.	Итоговый отчетный концерт. Награждение родителей и воспитанников грамотами, благодарственными письмами.	Создание положительного эмоционального настроения детей и родителей	3 неделя мая
35.	Инструктаж «Как вести себя во время летних каникул, водоемов на пляжах, в поездках. ПДД, ППБ»	Знакомство с правилами поведения у водоемов	4 неделя мая

Список рекомендуемой литературы для педагога:

1. Базарова Н.П., В.П. Мей. «Азбука классического танца», Л. «Искусство», 1983г.
2. Базарова Н.П.. «Классический танец», изд. «Лань», 2009г.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва. 2000 год.
4. Бочаро А, Лопухов А, Ширяев А, «Основы характерного танца»- М.-Л.:Искусство 1939г.
5. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», Л., «Искусство», 1980г.
6. ДжавришвилиД.»Грузинские народные танцы»-Тбилиси; Генатлеба, 1975г.
7. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов-на-Дону. 2003. год.
8. Зацепина К, Климов А, Рихтер К, Толстая Н, Фарманянц Е. «Народно-сценический танец»»-М.Искусство 1976г.
9. ЗвёздочкинВ.А.«Классический танец», Ростов н/Д: «Феникс», 2003 г.
- 10.Картавых Н., Карпович О. Школа танцев для детей.-Спб: «Ленинградское издательство».2011
- 11.Костровицкая В.с.«100 уроков классического танца». Л., «Искусство», 1981г.
- 12.Костровицкая В., А.Ф. Писарев. «Школа классического танца», Л. «Искусство», 1976г.

13. Курбет В Мардарь М, “Молдавские народные танцы»- Кишинев:КартяМолдавеняскэ 1969г.
14. Мессерер А.М. «Уроки классического танца», изд. «Лань», 2004г.
15. Надеждина Н.С «Русские танцы»-М:Госкультпросветиздат,1951г.
16. Пушкин А.И.«Школа классического танца», изд. «Артист. Режиссёр. Театр», 1996г.
17. Сайкина Е.Г.«Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
18. Тарасов Н.И.. «Классический танец. Школа мужского исполнительства», изд. «Лань, Планета музыки», 2005г.
19. Телегин А.А. Танцуем джайв и рок-н-рол.Ростов-на-Дону.2004г.
20. Ткаченко Т. «Народный танец»-м.Искусство 1967г.
21. Устинова Т.«Русские народные танцы»-М.Кульппросветиздат 1950г
22. Чурко Ю. «Белорусский народный танец»-Минск: Наука и техника 1972г.
23. Воспитательный процесс: изучение эффективности: методические рекомендации/под редакцией Е.Н. Степанова – М., 2011.
24. Кутеева, О. Планирование воспитательной работы на основе личностно-ориентированного обучения/О.Кутеева// Классный руководитель. – 2001. - №1.
25. Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования. – Изд. доп. – М.: Школьная Пресса, 2008.

Календарный план 2год обучения

№ недели	Даты	Форма занятий	Количество часов	Тема занятий	Форма контроля
1		Учебное занятие	4	Вводное занятие Техника безопасности	
2		Учебное занятие	4	Основы классического танца Экзерсис у станка Позиция ног – IV. Demi-plié по IV позиции. Grand-plié по IV позиции	
3		Учебное занятие	4	Battement tendu с demi-plié во II позиции без перехода с опорной ноги. Battement tendu jeté : с demi-plié в V позицию во всех направлениях, piqué в сторону, вперед, назад.	
4		Учебное занятие	4	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié	
5		Учебное занятие	4	Battement fondu на 45° во все направлениях Battement frappé на 30° во все направлениях	
6		Учебное занятие	4	Battement retiré на 90° (поднимание работающей ноги до колена опорной ноги спереди и сзади и возвращение в позицию). Petit battement sur le cou-de-pied без акцентов вперед и назад	
7		Учебное занятие	4	Battement relevé lent на 90° во все направлениях с с V позиции).	
8		Учебное занятие	4	Pas de bourrée simple en dehors с переменной ног (изучается лицом к станку). Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с demi-plié. II Port de bras.	
9		Учебное занятие	4	Demi-plié по IV позиции en face и épaulement Grand – plié по I и II позициям en face	

10		Учебное занятие	4	Battement tendu: с demi-plié во II позицию без перехода с опорной ноги , с passé par terre. Battement tendu jeté: с demi-plié в V позицию во всех направлениях, piqué во все направлениях	
11		Учебное занятие	4	Préparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans . Battement fondu носком в пол во все направления. Battement frappé носком в пол во все направления. Temps lié par terre вперед.	
12		Учебное занятие	4	Allegro Pas assemblé с открыванием ноги в сторону. Pas echange во 2-ю позицию.	
13		Практическое занятие	4	.Элементы народно - сценического танца Русский народный танец (музыкальный размер 2/4, 4/4) Перека́т-боковой ход с каблук на всю стопу и полупальцы Переборы (pas de bourree)	
14		Учебное занятие	4	«Ключ» дробный сложный «Ключ» хлопучечный «Маятник»	
15		Практическое занятие	4	Веревочка» Простая и двойная с притопами Простая и двойная с «ковырялочкой» простая и двойная с подскоками на одной ноге , другая на щиколотке сзади простая и двойная с поворотом (joutenu) на 360" в приседании на полупальцах Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами	
16		Практическое занятие	4	Дробные дорожки с заключительным ударом Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу	

17		Практическое занятие	4	Присядки Прыжки	
18		Практическое занятие	4	Украинский народный танец Элементы танца: Позиции и положения ног Позиции и положения рук Позиции и положения рук в парном танце и массовом Подготовка к началу движения Поклоны Притоп «Веревочка» «Припадание» «Ковырялочка» «Бигунец» «Голубцы» Вращения Присядки «Тынок» (перескок с ноги на ногу)	
19		Практическое занятие	4	Украинский народный танец Элементы танца: Позиции и положения ног Позиции и положения рук Позиции и положения рук в парном танце и массовом Подготовка к началу движения Поклоны Притоп «Веревочка» «Припадание» «Ковырялочка» «Бигунец»	

				«Голубцы» Вращения Присядки «Тынок» (перескок с ноги на ногу)	
20		Учебное занятие	4	Украинский народный танец. Элементы танца: Позиции и положения ног Позиции и положения рук Позиции и положения рук в парном танце и массовом Подготовка к началу движения Поклоны Притоп «Веребочка» «Припадание» «Ковырялочка» «Бигунец» «Голубцы» Вращения Присядки «Тынок» (перескок с ноги на ногу)	
21		Практическое занятие	4	ИТАЛЬЯНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ «ТАРАНТЕЛЛА» (музыкальный размер 6/8) Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла» Элементы танца Положения ног характерные для танца Положения рук с тамбурином Положения рук в танце Скольжение на носок Шаг с ударом носком по полу (pignes) Бег pas emboites Pas dallone шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене	

				Подскоки.	
22		Практическое занятие	4	ИТАЛЬЯНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ «ТАРАНТЕЛЛА» (музыкальный размер 6/8) Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла» . Элементы танца Положения ног характерные для танца Положения рук с тамбурином Положения рук в танце Скольжение на носок Шаг с ударом носком по полу (pignes) Бег pas emboites Pas dallone шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене Подскоки.	
23		Практическое занятие	4	.Бальный танец Тактовые и затактовые вступления в танец (в медленном и быстром темпе). «Рок-н-ролл» Современный танец свободной композиции	
24		Практическое занятие	4	Тактовые и затактовые вступления в танец (в медленном и быстром темпе). «Рок-н-ролл»	
25		Практическое занятие	4	«Ча-ча-ча» «Чек», рука в руке, повороты на месте, плечо к плечу, поворот под рукой направо у девочки	
26		Учебное занятие	4	«Ча-ча-ча» . «Чек», рука в руке, повороты на месте, плечо к плечу, поворот под рукой направо у девочки	
27		Практическое занятие	4	«Ча-ча-ча» Начало изучения. «Чек», рука в руке, повороты на месте, плечо к плечу, поворот под рукой направо у девочки	
28		Практическое занятие	4	«Медленный вальс». Начало изучения. Перемена с	

				правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот	
29		Учебное занятие	4	«Медленный вальс». Начало изучения. Перемена с правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот	
30		Практическое занятие	4	«Медленный вальс». Начало изучения. Перемена с правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот	
31		Учебное занятие	4	«Рилио»-построен на основном шаге, двойном шаге на месте, вперед и в повороте, движения «каблучки», сольных поворотах. Авторская композиция. Хореография А. Гинейтиса.	
32		Практическое занятие	4	Концертная деятельность	
33		Практическое занятие	4	Концертная деятельность	
34		Практическое занятие	4	Концертная деятельность	
35		Практическое занятие	4	Промежуточная аттестация	
36		Практическое занятие	4	Промежуточная аттестация	

Календарный план 3год обучения

№ недели	Даты	Форма занятий	Количество часов	Тема занятий	Форма контроля
1			4 2	Вводное занятие Техника безопасности Маленькие и большие позы croisée и effacée вперед и назад	
2			6	.Основы классического танца Экзерсис у станка Маленькие и большие позы croisée и effacée вперед и назад. Battement tendu: с demi-plié по II позиции с переходом с опорной ноги, с I и V позиций, в маленьких позах. Battement tendu jeté	
3			6	Rond de jambe en dehors et en dedans на всей стопе. Battement fondu на всей стопе на 45° . Battement frappé во все направления на 30°.	
4			6	Battement relevé lent на 90° вперед и назад. Grand battement jeté с V позиции во все направления. III port de bras выполняется с ногой, вытянутой на носок, и с demi-plié на опорной ноге	
5		Учебное занятие	6	Экзерсис на середине зала Grand –plié по V позиции en face, во 2-м полугодии – épaulement. Battement tendu с demi-plié по II позиции с переходом с опорной ноги.	
6		Учебное занятие	6	Battement tendu jeté balancé en face	
7		Учебное занятие	6	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié	
8		Беседа, инструктаж	6	Battement relevé lent на 90° en face с V позиции во все направления	
9			6	Grand battement jeté из V позиции en face во все направления	
10		Учебное занятие	6	Pas de bourrée simple с переменной ног en dehors (изучается во 2-м полугодии).	
11		Учебное занятие	6	Temps levé sauté Petit changement de pied en face Pas assemblé вперед и назад en face. Pas echange по II и IV позициям с окончанием в épaulement.	
12		Учебное занятие	6	.Элементы народно сценического танца Упражнения у станка Пять открытых позиций ног- аналогичны позициям	

				классического танца Подготовка к началу движения (preparation) А) движение руки движение руки в координации с движением ноги	
13		Практическое занятие	6	Переводы ног из позиции в позицию: Скольжением стопой по полу (battements tendus) Броском работающей ноги на 35° Поворотом стоп	
14		Учебное занятие	6	Приседания по 1-й,2-й,3-й открытым позициям музыкальный размер 3/4, 4/4 А) полуприседание (demi -plie) Б) полное приседание (grand plie) Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4)	
15		Практическое занятие	6	Упражнения напряженной стопой (battements tendus) из 1-й прямой позиции на каблук (музыкальный размер 2/4) А) с полуприседанием (demi- plie) на опорной ноге Б) с demi-plie в исходной позиции	
16		Практическое занятие	6	Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 2/4) с полуприседанием на одной ноге с полуприседанием в исходной позиции	
17		Практическое занятие	6	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й,3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону назад (музыкальный размер 2/4) с demi-plie в исходной позиции в момент перевода работающей ноги на каблук при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию	
18		Практическое занятие	6	Маленькие броски (battements tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й,3-й,5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4,3/4,6/8) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание с коротким ударом по полу носком или ребром	

				каблука работающей ноги с полуприседанием на опорной ноге с двойными бросками	
19		Практическое занятие	6	Подготовка к «веревочке» скольжение работающей ноги по опорной (passe) музыкальный размер 2/4,4/4 в открытом положении на всей стопе в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах Развертывание работающей ноги на 45° (battements developpes) вперед, в сторону, назад, на вытянутой ноге и на denli- plie(музыкальный размер 2/4,4/4) подготовка к «четке (flic-flac). мазки подушечкой по полу от себя и к себе (музыкальный размер 2/4,4/4) в прямом положении одной ногой вперед двумя ногами поочередно	
20		Учебное занятие	6	Опускание на колено на расстоянии стопы опорной ноги (музыкальный размер 4/4) а) го 1-й прямой позиции б) с шага, лицом к станку 14 Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4,4/4)	
21		Практическое занятие	6	Элементы русского народного танца Поочередное раскрытие рук (приглашение) музыкальный размер 2/4,4/4 Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение, и в 4-ю, и 5-ю позиции 3. Бытовой шаг с притопом «Шаркающий» шаг каблуком по полу полупальцами по полу «Переменный» шаг с притопом и продвижением вперед и назад с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад «Девичий ход» с переступаниями Боковое «припадание»	

				с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги	
22		Практическое занятие	6	Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и движением в сторону Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест –на - крест на ребро каблука или носок. На месте или с отходом назад. « Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе И. «Веревочка» с двойным ударом полупальцами ,простая с поочередными переступаниями , двойная с поочередными переступаниями " Ковырялочка» с подскоками «Ключ» простой на подскоках Дробные движения простая дробь на месте тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед простая дробь с полупальцами на месте дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед	
23		Практическое занятие	6	Присядки (для мальчиков) присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по 1-й прямой и открытым позициям присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону В присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук и на воздух Хлопки и хлопущки (для мальчиков) удары руками по голенищу сапога спереди и сзади, с продвижением вперед, назад и в сторону фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу в поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади : по голенищу сапога спереди крест-накрест Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад)	
24		Практическое занятие	6	Молдавский народный танец	

				«Хора» «Молдавеняска», Элементы танца (музыкальный размер 2/4,4/4,6/8) Положения ног Положения рук в сольном и массовом танцах Ход с подскоком на месте, с поворотом, с продвижением Бег на месте, с поворотом, с продвижением вперед Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено (passe) Припадания (перекрестный ход) со сменой позиций спереди и сзади Ход на одну ногу с прыжком Боковой ход с каблука Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге	
25		Практическое занятие	6	Молдавский народный танец «Хора» «Молдавеняска», Элементы танца (музыкальный размер 2/4,4/4,6/8) Положения ног Положения рук в сольном и массовом танцах Ход с подскоком на месте, с поворотом, с продвижением Бег на месте, с поворотом, с продвижением вперед Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено (passe) Припадания (перекрестный ход) со сменой позиций спереди и сзади Ход на одну ногу с прыжком Боковой ход с каблука Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге	
26		Учебное занятие	6	4.Бальный танец Прослушивание и разбор музыки латиноамериканских танцев «Ча-ча-ча» Повторение пройденного, закрепление навыков. Соединение фигур. Несложные композиции	
27		Практическое занятие	6	«Ча-ча-ча» «Чек», рука в руке, повороты на месте, плечо к плечу, поворот под рукой направо у девочки	
28		Практическое занятие	6	«Медленный вальс». Повторение пройденного, закрепление	

				навыков. Дополнительно: правый спин-поворот, плетение из позиции променада. Соединение фигур. Несложные композиции Перемена с правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот	
29		Учебное занятие	6	«Медленный вальс». Повторение пройденного, закрепление навыков. Дополнительно: правый спин-поворот, плетение из позиции променада. Соединение фигур. Несложные композиции Перемена с правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот	
30		Практическое занятие	6	«Самба». Начало изучения. Первое основное движение, «виск» направо, налево, ход в променаде	
31		Учебное занятие	6	«Быстрый фокстрот». Начало изучения. Четвертые повороты, правый поворот, локстеп вперед и назад. Соединение фигур. Несложные композиции.	
32		Практическое занятие	6	Концертная деятельность	
33		Практическое занятие	6	Концертная деятельность	
34		Практическое занятие	6	Концертная деятельность	
35			6	Промежуточная аттестация	
36			6	Промежуточная аттестация	