

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Физкультурно-оздоровительный комплекс «Лазурный»
Чалыгинского муниципального района Липецкой области**

«УТВЕРЖДАЮ»

ПРИНЯТА

Директор
МБУ ДО ФОК «Лазурный»
В.А. Свиридов
«» 2023 г.
приказ № 11 от 01.09.2023 г.

на заседании педагогического совета
МБУ ДО ФОК «Лазурный»

Протокол № 11 от 31.08.2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
художественной направленности
«Современный эстрадный танец»**

Возраст детей: 6 -18 лет

Срок реализации: 1 год обучения

Бу Наталья Тимофеевна

педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Программа «Современный эстрадный танец» дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы в области хореографического искусства составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года №273 – ФЗ «Об образовании».

Программа предназначена для работы с учащимися хореографических отделений дополнительного образования. Программа направлена на эстетическое и духовно-нравственное развитие учащихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Современный эстрадный танец» разработана на основе личного опыта педагога и в соответствии с требованиями к организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ № 629).

Направленность программы

Программа имеет художественную направленность.

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время возрос интерес детей и родителей к современным танцам, новым направлениям в хореографии. Яркой отличительной особенностью современных танцев является то, что они очень динамичны и изменчивы — постоянно появляются новые танцевальные направления, совершенствуются уже существующие

Педагогическая целесообразность заключается в том, что занятия способствуют приобщению учащихся к русскому народному танцу, бережному отношению к традициям русского народа, их сохранению и преемственности последующим поколениям, воспитанию в учениках патриотизма и любви к Родине, основанных на национальной гордости к достижениям своей нации и своего государства.

Цель программы: формирование и развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области хореографической культуры.

Задачи программы:

- формирование навыков двигательного воспроизведения ритмического рисунка;
- формирование навыков сочетания музыкально-хореографических упражнений;
- умение выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических факторов.

Основная направленность данной программы - формирование у учеников комплекса знаний, умений и навыков в области хореографического искусства, необходимых для будущего танцора на основе классического и русского народного танца.

- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности;
- силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством двигательной деятельности;
- приобщение к здоровому образу жизни; - формирование правильной осанки; - развитие творческих способностей;
- воспитание в учениках патриотизма и любви к Родине, основанные на национальной гордости к достижениям своей нации и своего государства.

Отличительная особенность программы

Отличительной особенностью программы является изучение русского народного танца, традиционного народного костюма, знакомство с народной музыкой, песнями, музыкальными инструментами, что является основой духовно- нравственного и патриотического воспитания подрастающего поколения.

Адресат программы

Программа ориентирована на обучающихся 6-18 лет, которые проявляют интерес к современному эстрадному танцу. Содержание программы разработано с учетом психолого-педагогических особенностей данного возраста.

Объем программы - 144 часа.

Занятия в группе проводятся следующим образом: 2 занятия в неделю.

Продолжительность одного занятия – 2 академических часа.

Перерыв - 15 мин.

Формы обучения и виды занятий

- вводные занятия;
- регулярные групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- открытые занятия;
- конкурсы;
- беседы (тематические, а также по технике безопасности).

Форма обучения очная. Реализация программы предусматривает использование разнообразных форм и методов учебной деятельности учащихся.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Предложенные методы работы по хореографии в рамках общеобразовательной (общеразвивающей) программы являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

Сроки освоения программы

Программа рассчитана на 1 года обучения.

Планируемые результаты

Учащиеся должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (спокойный, плавный и т.д.);
- правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений под музыку на 2/4 и 4/4;
- уметь координировать движения рук, ног, головы при ходьбе, беге, галопе; - уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения;
- уметь выделить русский народный танец из видеоряда танцев по знакомым в обучении элементам.

Учебный план

№ темы	Наименование темы	Объем времени в часах
<i>Раздел 1. Основы музыкальной грамотности</i>		
1.1.	Характер музыки (грустный, веселый и т.д.)	5
1.2.	Динамические оттенки (громко, тихо)	5
1.3.	Музыкальный размер (2/4, 4/4)	3
1.4.	Знакомство с длительностью звуков (ноты): целая, половинная, четвертная, восьмая.	4

1.5.	Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный)	5
Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве		
2.1.	Нумерация точек. Линия. Шеренга. Колонна.	5
Раздел 3. Упражнения с партнером		
3.1.	Упражнения для отработки синхронности	5
Раздел 4. Упражнения с предметами танца		
4.1.	Упражнения с элементами подбрасываний	5
Раздел 5. Танцевальные движения		
5.1.	Поклон простой, поясной	2
5.2.	Шаги: маршевый шаг, шаг с пятки, шаг сценический, шаг на высоких полупальцах, шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед	10
5.3.	Бег: сценический, на полупальцах, легкий шаг (ноги назад), на месте	10
5.4.	Прыжки : на месте по Vпозииции	10
5.5.	Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии	10
5.6.	Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная, первая позиция параллельная, вторая позиция параллельная	15
5.7.	Работа головы: наклоны и повороты	10
5.8.	Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону	15
5.9.	Музыкально – ритмические упражнения: притопы (простой), хлопки (в ладоши, простые, ритмическом рисунке, в парах с партнером)	5
5.10	Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками)	10
Раздел 6. Музыкально-ритмические игры		
6.1.	На усмотрение педагога	9
6.2.	Контрольные уроки	1
Всего часов в год		144

Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

1. Продолжительность учебного года в ФОК:
Начало учебного года – 1 сентября 2023 года
Окончание учебного года – 31 мая 2024 года
Количество учебных недель – 36 недель.
Комплектование групп обучения с 01 по 15.09.2023 года.
2. Количество учащихся в группе – 10-15 человек.

3. Регламент образовательного процесса: 4 часа в неделю (144 час. в год).
4. Продолжительность занятий.
Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором ФОК в свободное от занятий в общеобразовательных учреждениях время, включая учебные занятия в субботу. Занятия начинаются не ранее 14.00 часов и заканчиваются не позднее 20.00 часов.
5. Продолжительность занятий – 2 академических часа.
6. В целях недопущения перегрузок и сохранения здоровья детей между занятиями групп вводятся обязательные перерывы продолжительностью 15 минут, между каждым академическим часом перерыв не менее 10 минут. В ходе занятий используются элементы здоровьесберегающих технологий.
7. Промежуточная аттестация учащихся проводится на последних занятиях по завершении каждого курса учебного плана.
8. В случае производственной необходимости, допускается работа учреждения в праздничные дни.
9. ФОК организует работу с учащимися в течение всего календарного года. Основная формы работы с учащимися: групповая.
10. Периодичность проведения родительских собраний:
 - организационное собрание - сентябрь;
 - итоговое собрание – май;
 - индивидуальные встречи – в течение года.

Содержание программы

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии обучающихся.

Раздел 1. Основы музыкальной грамоты

Главная цель раздела - научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Обучающиеся усваивают понятия «ритм», «счет», «размер» и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают понятиями

«вступление», «основная часть, тема», что позволяет вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве

Раздел основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе. Умение овладевать разнообразными рисунками танца позволяет в дальнейшем свободно чувствовать себя на сцене.

Раздел 3. Упражнения с партнером

Упражнения с партнером применяются в большинстве хореографических постановок. Они развивают у обучающихся навыки взаимодействия, помогают отработать синхронность при исполнении танцевальных элементов.

Раздел 4. Упражнения с предметами танца

Обучающиеся развивают моторику рук и координацию движений. Эти навыки необходимы для подготовки к более сложным движениям и комбинациям. С использованием предметов у обучающихся расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся через предмет выражать свои эмоции, действия.

Раздел 5. Танцевальные движения

Раздел является основой данного курса и подготовкой к последующим выступлениям ребенка на сцене. В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

Раздел 6. Музыкально-ритмические игры

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития обучающегося задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе,

проявляются личностные качества. Преподаватель в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. В учебном заведении должны быть созданы следующие материально-технические условия:

- наличие танцевального зала;
- наличие гардероба и раздевалок для занятий;
- наличие репетиционной и концертной одежды.

Методические рекомендации

При организации и проведении занятий по предмету «Современный эстрадный танец» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает воспитание осмысленного овладения техникой танца;
- заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.
- принципа доступности, который требует, чтобы перед обучающимся ставились посильные задачи. В противном случае у учеников снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающихся, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;
- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение

новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся.

Процесс обучения музыкально-ритмическим движениям включает в себя три этапа.

На первом этапе ставятся задачи: ознакомление детей с новым упражнением, создание целостного впечатления о музыке и движении; разучивании движения. Преподаватель прослушивает вместе с детьми музыкальное произведение, раскрывает его характер, образы и показывает музыкально-ритмическое движение, стремясь пробудить в детях желание разучить его. Показ должен быть точным, эмоциональным и целостным.

На втором этапе задачи расширяются: углубленное разучивание музыкально-ритмического движения; уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения. Преподаватель дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, доброжелательно оценивает достижения детей.

Задача третьего этапа заключается в закреплении представления о музыке и движении, поощрении обучающихся к самостоятельному выполнению разученных движений. Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально - ритмических движений.

Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества освоения учебного предмета " Современный эстрадный танец " включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце учебного года. В качестве средств текущего контроля успеваемости используются просмотры. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного

времени, предусмотренного на учебный предмет. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки проходят в виде просмотров. Контрольные уроки в рамках итоговой аттестации проводятся в конце учебного года в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

2. Критерии оценки

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. По итогам просмотра на контрольном уроке выставляется оценка по пятибальной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	Оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
3 («удовлетворительно»)	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненные движения, слабая техническая подготовка, отсутствие свободы исполнения и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	Комплекс серьезных недостатков, являющийся следствием нерегулярного посещения занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
зачет («без отметки»)	Отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы обучающегося;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти учебного года.

Кадровые условия

Программу реализует педагог дополнительного образования с высшим образованием и необходимым уровнем квалификации, учитывающий возрастные и индивидуальные особенности детей.

Воспитательная работа

Воспитательная работа проводится в соответствии с планом работы. Выявление и развитие творческих способностей учащихся, воспитание активной гражданской позиции, чувство ответственности способствуют конкурсы, соревнования, различные фестивали, в которых принимают участие учащиеся объединения.

Сотрудничаем с образовательными, информационными и культурными учреждениями города и района, средствами массовой информации. Публикуем фотографии в районной газете «Раненбургский вестник». Учащиеся объединения принимают активное участие в районных культурно-массовых и спортивных мероприятиях, которые проводит комитет образования, администрация города и района. Общественно-полезная работа проводится на протяжении всей деятельности. Систематически проводим велопробеги и экскурсии в природу.

Систематически проводим профилактическую работу о вредных привычках и организовываем мероприятия по здоровому образу жизни учащихся.

Для духовно-нравственного развития и воспитания учащихся, главным является нравственный пример педагога, моральные нормы, которыми он руководствуется в своей профессиональной деятельности и жизни, его отношение к своему педагогическому труду, к ученикам, коллегам.

Работа с родителями

1. Проводить индивидуальные встречи и беседы.
2. Организовывать и проводить выставки, показательные выступления учащихся для родителей.
3. Проводить родительские собрания 2 раза в год.
4. По желанию родителей возможность присутствовать на занятиях объединения.

Список литературы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24.12.2020 № 44". Об утверждении санитарных правил СП 2.1.3678-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг.
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
5. Устав МБУ ДО ФОК «Лазурный».
6. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л.: Искусство, 1983.
7. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. 1,11. - Челябинск: ЧГИК, 1993.
8. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. - М., 1999.
9. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. - М., 1989.
10. Гюнтер Х. Джазовый танец. История, теория, практика. - Берлин, 1982.
11. Захаров Р. Записки балетмейстера. - М., 1976.
12. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. - М., 1988.
13. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л.: Искусство, 1968.

Программно – методическое обеспечение

Методическое обеспечение:

Рабочая программа «Современный эстрадный танец»

Рабочая программа «Современный эстрадный танец»

Планируемые результаты

Учащиеся должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (спокойный, плавный и т.д.);
- правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений под музыку на 2/4 и 4/4;
- уметь координировать движения рук, ног, головы при ходьбе, беге, галопе; - уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения;
- уметь выделить русский народный танец из видеоряда танцев по знакомым в обучении элементам.

Содержание программы

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии обучающихся.

Раздел 1. Основы музыкальной грамоты

Главная цель раздела - научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Обучающиеся усваивают понятия «ритм», «счет», «размер» и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают понятиями

«вступление», «основная часть, тема», что позволяет вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Раздел 2. Упражнения на ориентировку в пространстве

Раздел основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе. Умение овладевать разнообразными рисунками танца позволяет в дальнейшем свободно чувствовать себя на сцене.

Раздел 3. Упражнения с партнером

Упражнения с партнером применяются в большинстве хореографических постановок. Они развивают у обучающихся навыки взаимодействия, помогают отработать синхронность при исполнении танцевальных элементов.

Раздел 4. Упражнения с предметами танца

Обучающиеся развивают моторику рук и координацию движений. Эти навыки необходимы для подготовки к более сложным движениям и комбинациям. С использованием предметов у обучающихся расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся через предмет выражать свои эмоции, действия.

Раздел 5. Танцевальные движения

Раздел является основой данного курса и подготовкой к последующим выступлениям ребенка на сцене. В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

Раздел 6. Музыкально-ритмические игры

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития обучающегося задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе,

проявляются личностные качества. Преподаватель в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Дата проведения Занятия		Краткое содержание занятия	Количество о часов
	План	Факт		
1			Основы музыкальной грамотности. Характер музыки (грустный, веселый и т.д.)	1
2			Основы музыкальной грамотности. Характер музыки (грустный, веселый и т.д.)	1
3			Основы музыкальной грамотности. Характер музыки (грустный, веселый и т.д.)	1
4			Основы музыкальной грамотности. Характер музыки (грустный, веселый и т.д.)	1
5			Основы музыкальной грамотности. Характер музыки (грустный, веселый и т.д.)	1
6			Основы музыкальной грамотности. Динамические оттенки (громко, тихо)	1
7			Основы музыкальной грамотности. Динамические оттенки (громко, тихо)	1

8		Основы музыкальной грамотности. Динамические оттенки (громко, тихо)	1
9		Основы музыкальной грамотности. Динамические оттенки (громко, тихо)	1
10		Основы музыкальной грамотности. Динамические оттенки (громко, тихо)	1
11		Основы музыкальной грамотности. Музыкальный размер (2/4,4/4)	1
12		Основы музыкальной грамотности. Музыкальный размер (2/4,4/4)	1
13		Основы музыкальной грамотности. Музыкальный размер (2/4,4/4)	1
14		Основы музыкальной грамотности. Знакомство с длительностью звуков (ноты): целая.	1
15		Основы музыкальной грамотности. Знакомство с длительностью звуков (ноты): половинная.	1
16		Основы музыкальной грамотности. Знакомство с длительностью звуков (ноты): четвертная.	1
17		Основы музыкальной грамотности. Знакомство с длительностью звуков (ноты): восьмая.	1
18		Основы музыкальной грамотности. Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный).	1
19		Основы музыкальной грамотности. Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный).	1
20		Основы музыкальной грамотности. Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный).	1
21		Основы музыкальной грамотности. Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный).	1

22			Основы музыкальной грамотности. Музыкальный темп (быстрый, медленный, умеренный).	1
23			Упражнения на ориентировку в пространстве.	1
24			Упражнения на ориентировку в пространстве. Нумерация точек.	1
25			Упражнения на ориентировку в пространстве. Линия.	1
26			Упражнения на ориентировку в пространстве. Шеренга.	1
27			Упражнения на ориентировку в пространстве. Колонна.	1
28			Музыкально – ритмические игры.	1
29			Музыкально – ритмические игры.	1
30			Упражнения с партнером. Упражнения для отработки синхронности.	1
31			Упражнения с партнером. Упражнения для отработки синхронности.	1
32			Упражнения с партнером. Упражнения для отработки синхронности.	1
33			Упражнения с партнером. Упражнения для отработки синхронности.	1
34			Упражнения с партнером. Упражнения для отработки синхронности.	1
35			Музыкально – ритмические игры.	1
36			Упражнения с предметами танца. Упражнения с элементами	1

			подбрасываний.	
37			Упражнения с предметами танца. Упражнения с элементами подбрасываний.	1
38			Упражнения с предметами танца. Упражнения с элементами подбрасываний.	1
39			Упражнения с предметами танца. Упражнения с элементами подбрасываний.	1
40			Упражнения с предметами танца. Упражнения с элементами подбрасываний.	1
41			Музыкально – ритмические игры.	1
42			Танцевальные движения. Поклон простой.	1
43			Танцевальные движения. Поклон поясной.	1
44			Танцевальные движения. Шаги: маршевый шаг.	1
45			Танцевальные движения. Шаги: маршевый шаг.	1
46			Танцевальные движения. Шаги: шаг с пятки.	1
47			Танцевальные движения. Шаги: шаг с пятки.	1
48			Танцевальные движения. Шаги: шаг сценический.	1
49			Танцевальные движения. Шаги: шаг сценический.	1

50		Танцевальные движения. Шаги: шаг на высоких полупальцах.	1
51		Танцевальные движения. Шаги: шаг на высоких полупальцах.	1
52		Танцевальные движения. Шаги: шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед.	1
53		Танцевальные движения. Шаги: шаг на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед.	1
54		Музыкально – ритмические игры.	1
55		Танцевальные движения. Бег сценический.	1
56		Танцевальные движения. Бег сценический.	1
57		Танцевальные движения. Бег на полупальцах.	1
58		Танцевальные движения. Бег на полупальцах.	1
59		Танцевальные движения. Лёгкий шаг (ноги назад)	1
60		Танцевальные движения. Лёгкий шаг (ноги назад)	1
61		Танцевальные движения. Лёгкий шаг (ноги назад)	1
62		Танцевальные движения. Бег на месте	1
63		Танцевальные движения. Бег на месте	1
64		Танцевальные движения. Бег на месте	1
		Музыкально – ритмические игры.	1

65				
66			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
67			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
68			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
69			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
70			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
71			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
72			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
73			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
74			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
75			Танцевальные движения. Прыжки: на месте по VI позиции.	1
76			Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
77			Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
78			Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
79			Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1

80		Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
81		Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
82		Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
83		Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
84		Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
85		Танцевальные движения. Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии.	1
86		Музыкально – ритмические игры.	1
87		Танцевальные движения. Позии ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная.	1
88		Танцевальные движения. Позии ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная.	1
89		Танцевальные движения. Позии ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная.	1
90		Танцевальные движения. Позии ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная.	1
91		Танцевальные движения. Позии ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная.	1

92		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция параллельная.	1
93		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция параллельная.	1
94		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция параллельная.	1
95		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция параллельная.	1
96		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция параллельная.	1
97		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, вторая позиция параллельная.	1
98		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, вторая позиция параллельная.	1
99		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, вторая позиция параллельная.	1
100		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, вторая позиция параллельная.	1
102		Танцевальные движения. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, вторая позиция параллельная.	1
103		Музыкально – ритмические игры.	1
104		Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
		Танцевальные движения. Работа	1

105			головы: наклоны и повороты.	
106			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
107			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
108			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
109			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
110			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
111			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
112			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
113			Танцевальные движения. Работа головы: наклоны и повороты.	1
114			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
115			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
116			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
117			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
118			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
119			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в	1

			сторону.	
120			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
121			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
122			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
123			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
124			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
125			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
126			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
127			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
128			Танцевальные движения. Движение корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону.	1
129			Танцевальные движения. Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой), хлопки (в ладоши, простые, ритмическом рисунке, в парах с партнером)	1
130			Танцевальные движения. Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой), хлопки (в ладоши,	1

			простые, ритмическом рисунке, в парах с партнером)	
131			Танцевальные движения. Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой), хлопки (в ладоши, простые, ритмическом рисунке, в парах с партнером)	1
132			Танцевальные движения. Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой), хлопки (в ладоши, простые, ритмическом рисунке, в парах с партнером)	1
133			Танцевальные движения. Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой), хлопки (в ладоши, простые, ритмическом рисунке, в парах с партнером)	1
134			Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
135			Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
136			Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
137			Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1

138		Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
139		Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
140		Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
141		Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
142		Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
143		Простые элементы русского народного танца (припадания «елочка», раскрытие рук, положение руки на поясе (в кулачках), легкие ходы с остановками).	1
144		Контрольный урок.	1

Прошнуровано, пронумеровано,
заверено подписью и
скреплено печатью 27 листов
Директор МБУ ДО ФОК «Лазурный»
Свиридов В. А.

