

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

**муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр развития детей и подростков «Витамин»
города Вязьмы Смоленской области**

ПРИНЯТА

на педагогическом совете
МБУ ДО ЦРДИП «Витамин»
г. Вязьмы
Протокол № 4
от «25» мая 2024 года

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО ЦРДИП
«Витамин» г. Вязьмы
_____ А.И. Козлова
Приказ № 96-01-08
от «25» мая 2024 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-гуманитарной направленности**

«Калейдоскоп»

Возраст учащихся 7-13 лет
Срок реализации 1 год

Автор-составитель:
Ионова Наталья Юрьевна,
педагог дополнительного образования

г. Вязьма
2024 год

Содержание

1. Информационная карта.
2. Пояснительная записка.
3. Учебный план.
4. Содержание программы.
5. Формы контроля и оценочные материалы.
6. Организационно-педагогические условия реализации программы.
7. Литература.
8. Календарно-учебный график.

1. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА к программе «Калейдоскоп»

1	Наименование образовательного учреждения, реализующего общеразвивающую программу	муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Центр развития детей и подростков «Витамин» г. Вязьмы Смоленской области
2	Адрес учреждения	215119, Смоленская область, г. Вязьма, ул. Ленина, 54
3	Дата утверждения программы	протокол педагогического совета № 04 от 25.05.2024 г.
4	Полное наименование программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Калейдоскоп»
5	Возраст детей, на которых рассчитана программа	7-13 лет
6	Срок реализации программы	1 год (144 часа)
7	Сведения об авторе (Ф.И.О., образование, должность, квалификация)	Ионова Наталья Юрьевна, педагог дополнительного образования, высшее образование.
Характеристика программы		
8	Направленность программы	социально-педагогическая
9	Уровень программы	базовый
10	Цель	развитие физических и творческих способностей детей старшего дошкольного возраста посредством приобщения к активным занятиям ритмикой, формирование танцевальных знаний, умений, навыков
11	Задачи	<p><i>Образовательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с основами гигиены. - учить заканчивать движения вместе с музыкой. - овладеть основами хореографии, правильными позициями ног и положением рук. - овладеть различными видами танцевальных шагов. - учить различать жанры музыкального сопровождения. - учить двигаться под музыку в соответствии с ее характером, ритмом и темпом. <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать опорно-двигательный аппарат. - развивать и поддерживать устойчивый интерес к занятиям ритмическими танцами. - сохранять и укреплять здоровье, развивать физические качества детей и двигательные

		<p>способности.</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать общую культуру ребенка. <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать эстетический вкус, пробуждать в детях стремление к прекрасному, музыкальному и танцевальному творчеству. - воспитывать ответственность и целеустремленность.
12	Планируемые результаты	<p>Личностные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование потребности к самовыражению в движениях под музыку - воспитание художественного вкуса. - умение вести себя в группе, формирование культуры общения и поведения - воспитание ответственности и целеустремленности. <p>Метапредметные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие умения ориентироваться в пространстве (самостоятельно находить свободное место в зале, самостоятельно выполнять перестроения) - формирование правильной осанки, красивой походки, укрепление мышечного корсета - развитие способности импровизировать, активизировать мышление, внимание, память - развитие координации движений, пластичности и гибкости, ловкости и точности движений. - развитие творческих способностей ребенка - развитие музыкального слуха (мелодичность, гармоничность, чувство ритма, согласованность движения с музыкой). <p>Предметные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание правил ТБ, режима занятий, гигиенических основ занятий - знание позиций рук, позиций ног, различные приседания - умение выполнять: <ul style="list-style-type: none"> - различные варианты ходьбы: бодрую, спокойную, на носках, полупальцах, топающим шагом; - простейшие элементы народных плясок; - простой комплекс ритмической разминки; - упражнения на гибкость; - элементы танцевальных композиций. - умение выполнять простейшие танцевальные

		композиции и сюжетные танцы - умение двигаться под музыку в соответствии с ее характером, ритмом и темпом.
--	--	---

2. Пояснительная записка

Программа «Калейдоскоп» имеет социально-педагогическую направленность.

Является модифицированной. Разработана на основе нескольких программ: Бахто С.Е. «Ритмика и танец»; Ионе Е.А. «История балета»; Вагановой А.Я. «Основы классического танца»; Гусева Г.П. «Методика преподавания народного танца», Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об Образовании в Российской Федерации».

Актуальность программы:

- реализация творческих идей учащихся в процессе коллективного творчества,
- развитие индивидуальных способностей учащихся. Данная программа имеет целостный, комплексный подход в определении целей и задач обучения и воспитания, способствующих успешному личностному самовыражению ребёнка.

Для детей, **проявляющих выдающиеся способности**, предусмотрены танцевальные элементы повышенной сложности, постановка индивидуальных номеров.

Для детей, **проживающих в сельской местности и на труднодоступных и отдаленных территориях**, разработаны занятия с использованием ИКТ.

Для занятий в спортивно-танцевальном коллективе не требуется дополнительных затрат, так как все необходимое оборудование и инвентарь имеется в учреждении, поэтому посещать занятия могут и дети из малообеспеченных семей, неблагополучных семей, то есть дети, **находящиеся в трудных жизненных ситуациях**.

Особенностью программы является ее доступность для детей с **ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)**, причем даже дети с легкой формой ментальной инвалидности смогут освоить танцевальные движения, приемы и виды танца, предусмотренные программой. Особенно актуальной данная программа станет для детей – инвалидов, которым по рекомендациям медико-психолого-педагогической комиссии рекомендованы занятия по дополнительным общеразвивающим программам социально-педагогической направленности.

Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Калейдоскоп»:

- Выявление индивидуальных возможностей воспитанника;
- «Успех – это МЫ» - создание ситуации успеха на занятии;
- «Фантази – Данс» - увеличить границы самостоятельного творчества;
- содействовать личностному самоопределению.

Программа рассчитана для детей **7-13 лет**. В объединении могут заниматься как девочки, так и мальчики.

Педагогическая целесообразность заключена в использовании многообразия средств хореографического искусства для формирования у детей ценности и значимости таких категорий как «хореографическое искусство» и «здоровье человека», а также развития творческой одаренности детей. Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Срок реализации 1 год. Общее количество часов 144.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю, 2 занятия по 45 минут с перерывом 10 минут.

Формы обучения:

Механизм реализации программы предполагает организованные занятия с детьми. Данная программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного, эстрадного танца. На занятиях танцами используются:

1. Методические приемы:

- игровой метод (игры способствуют развитию пластики, чувства ритма, музыкальности слуха, пантомимики);
- наглядный метод;
- концентрический метод;
- метод импровизации;
- музыкальное сопровождение как методический прием;
- методы стимулирования и мотивации:
- игры, эстафеты, викторины;
- убеждение, предъявление требований, поощрение.

2. Психологическое обеспечение программы:

Для получения наиболее высоких результатов в танцевальной подготовке и для сохранения контингента учащихся педагог должен обеспечить:

1. Создание доброжелательной обстановки на занятиях.
2. Создание благоприятных условий для сотрудничества и организации совместной деятельности педагога и учащихся.
3. При формировании групп учитывать нравственные, интеллектуальные и психологические особенности детей.

Параллельно с обучением детей в танцевальном коллективе, педагог поддерживает связь с их родителями. В начале учебного года проводится организационное родительское собрание, на котором родители знакомятся с планом работы ТО «Лотос», культурно-массовыми мероприятиями, в которых будут участвовать их дети.

Темы программы «Гигиенические основы», «История танца», «Общездоровье подготовка» могут изучаться дистанционно.

Цель программы

Формирование танцевальных знаний, умений, навыков.

Реализовать поставленную цель позволит решение следующих **задач**:

Образовательные:

- Познакомить детей с основами гигиены.
- Учить заканчивать движения вместе с музыкой.
- Овладеть основами хореографии, правильными позициями ног и положением рук.
- Овладеть различными видами танцевальных шагов.
- Учить различать жанры музыкального сопровождения.
- Учить двигаться под музыку в соответствии с ее характером, ритмом и темпом.

Развивающие:

- Развивать опорно-двигательный аппарат.
- Развивать и поддерживать устойчивый интерес к занятиям танцами.
- Сохранять и укреплять здоровье, развивать физические качества детей и двигательные способности.
- Формировать общую культуру ребенка.

Воспитательные:

- Воспитывать эстетический вкус, пробуждать в детях стремление к прекрасному, музыкальному и танцевальному творчеству.
- Воспитывать ответственность и целеустремленность.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- Формирование потребности к самовыражению в движениях под музыку.
- Воспитание художественного вкуса.
- Умение вести себя в группе, формирование культуры общения и поведения.
- Воспитание ответственности и целеустремленности.

Метапредметные результаты:

- Развитие умения ориентироваться в пространстве (самостоятельно находить свободное место в зале, самостоятельно выполнять перестроения).
- Формирование правильной осанки, красивой походки, укрепление мышечного корсета.
- Развитие способности импровизировать, активизировать мышление, внимание, память.
- Развитие координации движений, пластичности и гибкости, ловкости и точности движений.
- Развитие творческих способностей ребенка.
- Развитие музыкального слуха (мелодичность, гармоничность, чувство ритма, согласованность движения с музыкой).

Предметные результаты:

- Знание правил ТБ, режима занятий, гигиенических основ занятий.
- Знание позиций рук, позиций ног, различные приседания.
- Умение выполнять:
 - различные варианты ходьбы: бодрую, спокойную, на носках, полупальцах, топающим шагом;
 - простейшие элементы народных плясок;
 - простой комплекс ритмической разминки;
 - упражнения на гибкость;
 - элементы танцевальных композиций.
- Умение выполнять простейшие танцевальные композиции и сюжетные танцы.
- Умение двигаться под музыку в соответствии с ее характером, ритмом и темпом.

3. Учебный план программы «Калейдоскоп» (1 год 144 часа)

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	опрос
2	Азбука музыкальности	4	2	2	опрос
3	Основы классического танца:	20	4	16	выполнение основ экзерсиса
3.1	Экзерсис у станка	10	2	8	выполнение упражнений
3.2	Экзерсис на середине зала	10	2	8	выполнение упражнений
4	Ритмическая гимнастика	14	-	14	выполнение упражнений
5	Основы народно-сценического танца	20	2	18	выполнение движений, шагов
6	Эстрадный танец	20	2	18	выполнение движений, шагов
7	Постановка и репетиция танцев	60	2	58	участие в концертах
8	Культурно-массовые мероприятия	2	-	2	открытое занятие для родителей
9	Итоговое занятие	2	-	2	тестирование и

					диагностика
	Итого	144	14	130	

4. Содержание учебного плана

Вводное занятие - 2 часа

Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Ознакомление с правилами поведения на занятиях, с требованиями к одежде.

Азбука музыкальности - 4 часа

Теоретическая часть:

Знакомство со строением музыкального произведения. Понятие вступительной части, частей музыкального произведения. Музыкальная фраза. Ритм. Ритмический рисунок.

Практическая часть:

Движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – *по фразам*. Перестроение из одних ритмических рисунков в другие. Имитационные движения.

Упражнения на различение разнообразных динамических оттенков музыки – очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко.

Основы классического танца - 20 часов

Теоретическая часть:

Схема зала. Постановка корпуса, рук, ног, головы. Позиции рук: подготовительная, 1,2,3. Позиции ног: 1,2,3,5,4. Перевод рук.

Практическая часть у станка:

- растяжка;
- движение кисти;
- demi plie по 1, 2, 3 позициям;
- battment tendu по 1ой позиции (начиная в сторону);
- releve (подъем на полупальцы) по 1, 2, 3 позициям (лицом к станку).

Практическая часть на середине зала:

- экзерсис «Par terr» - поклон;
- позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3 при неполной выворотности;
- demi plie по 1 и 2 позициям;
- releve на полупальцах по всем позициям.

Ритмическая гимнастика - 14 часов

Движения головой. Повороты, наклоны, вращения. Движения плечами. Наклоны корпуса вперед, назад и в стороны. Скручивания. Приседания. Махи ногами вперед, в сторону, назад. Прыжки. Движения на полу: работа стопой, махи. Движения по кругу и в диагонали: шаги с носка, на полупальцах, бег с забрасыванием ног назад и вперед, подскоки, галоп.

Упражнения на работу стопы, на полу – наклоны вперед (складка), складка с открытыми ногами. Шпагаты, мостики, коробочки, лодочки. Упражнения на укрепление мышц спины и пресса.

Основы народно - сценического танца (20 часов)

Теоретическая часть:

Дать широкое представление о русском народном танце, одном из распространённых и давних видов творчества русского народа.

Практическая часть:

Изучение позиций ног и положения рук во время исполнения движений на середине зала. Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала.

Позиции ног:

- Пять открытых (1, 2, 3, 4, 5) позиций народно-сценического танца аналогичны пяти позициям классического танца.

- Четыре прямых позиции:

1 прямая – обе ноги поставлены рядом, соприкасаются внутренними сторонами стоп (в народно-сценическом танце ее принято называть 6 позицией);

2 прямая – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

3 прямая – обе ноги поставлены рядом, соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги – у середины стопы другой;

4 прямая – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы.

Позиции рук:

Позиции рук аналогичны позициям рук классического танца, с учетом отличительных особенностей народно-сценического танца.

Изучение упражнений:

1. Приседания:

- полуприседания плавные и резкие по 1, 2, 4, 5 выворотным позициям и 1 (6), 2, 3, 4 прямым позициям;

- полные приседания плавные по 1, 2, 4, 5 открытым позициям и 1 и 4 прямым;

- с наклоном корпуса.

2. Упражнения на развитие подвижности стопы:

- с переводом стопы с носка на ребро каблука;

- с переводом стопы с носка на ребро каблука одновременно с полуприседанием на опорной ноге;

3. Маленькие броски вперед, в сторону, назад:

- броски работающей ноги на высоту 45° на вытянутой опорной ноге с одновременным подъемом и опусканием ее пятки;

- с одинарным ударом стопой в позиции;

- с двойным ударом в позиции;

- по 1 позиции вперед и назад с проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании;

- «веер» – броски работающей ногой от щиколотки одновременно с подскоками на полупальцах опорной ноги в полуприседании.

4. Низкие развороты – разворот коленом работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45° вперед или в сторону:

- на всей стопе;

- с подъемом на полупальцы.

5. Подготовка к «веревочке»:

- перевод работающей ноги вперед или назад через колено опорной ноги на всей

стопе;

- с подъемом на полупальцы;
- с проскальзыванием на всей стопе или на полупальцах.

б. Дробные выстукивания:

- удары всей стопой;
- двойные удары;
- чередования ударов каблуком и подушечкой стопы;
- удары с подскоком на опорной ноге;
- удары с перескоком с ноги на ногу.

Разучивание сценических танцевальных номеров

Эстрадный танец - 20 часов

Теоретическая часть:

Знакомство с разными эстрадными направлениями. Основы музыкальных ритмов.

Практическая часть:

- поклоны девочек и мальчиков;
- шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках;
- подскоки вперед и назад;
- подскоки в комбинации с галопом;
- галоп;
- притоп;
- различие правой и левой руки, ноги, плеча;
- повороты вправо, влево;
- построения по линиям;
- построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах;
- перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- круг, сужение и расширение круга;
- основные элементы танца джаз-модерн («изоляция», параллель и оппозиция).

Постановка и репетиция танцев (60 часов)

Особенность и условия, при которых идет отработка танцевальных навыков.

Практическая часть:

изучения танцевальных движений, конструктивной постановки и размещением позиций. Работа над пластичным исполнением.

Показательные выступления - 2 часа

Подбор костюмов. Выступления с отработанными танцами и танцевальными композициями. Участие в отчетных концертах.

Итоговое занятие (2 часа)

Подведение итогов работы за год.

5. Формы аттестации

Результативность работы по программе определяется качеством выступлений детей на концертах, проведением отчетных концертов, открытых занятий для родителей.

5.1. Оценочные материалы

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. Критерии оценки качества исполнения.

Отлично: методически правильное исполнение учебно- танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков;

Хорошо: возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое;

Удовлетворительно: исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой;

Неудовлетворительно: комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой «зачет» (без отметки) отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

6. Условия реализации программы

Для успешного проведения занятий ритмикой необходим светлый просторный зал с зеркалами, станком, матами, музыкальный центр, аудио и видеозаписи, спортивное оборудование, сценические костюмы.

7. Список литературы

1. Авилова С.А., Калинина Т.В.«Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель. – Волгоград: Учитель, 2008г.
2. Богданов Г. Урок русского народного танца. – Москва, 1995г.
3. Буренина И.А. Методическое пособие «Танцевальная ритмика». Выпуск № 1, Москва, 2005г.
4. Громов Ю.И. «Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера», С-Перебург, 2017г.
5. Громова Е.Н. «Детские танцы из классических балетов», С-Петербург 2001г.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). – Москва: ВЛАДОС, 2004г.
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). – Москва: ВЛАДОС, 2002г.
8. Никитин В.Ю. «Модерн - джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника», Смоленск, 2-11г.
9. Российский современный танец. Диалоги. Издательство: Emergency Exit, 2005 г СПбГУП 1997г.
10. Тарасова Н.Б. «Теория и методика преподавания народно сценического танца». С-Петербург 1996г.
11. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». – Москва, 2008г.

Календарный учебный график

№ п/п	Дата проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	По расписанию	теория	2	Вводное занятие (2 часа) Беседа о своеобразии спортивных танцев. Цели и задачи обучения. Правила поведения на занятиях. Вводный инструктаж. Виды страховки	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Опрос
Азбука музыкальности (4 часа)						
2	По расписанию	теория	2	Знакомство со строением музыкального произведения. Понятие вступительной части, частей музыкального произведения.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Опрос
3	По расписанию	практика		Движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – <i>по фразам</i> . Перестроение из одних ритмических рисунков в другие. Имитационные движения.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
Основы классического танца (20 часов)						
4	По расписанию	теория	2	Схема зала.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Беседа
5	По расписанию	теория	2	Постановка корпуса, рук, ног, головы.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Работа с карточками
6	По расписанию	практика	2	Позиции рук: подготовительная, 1,2,3.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
7	По расписанию	практика	2	Позиции ног: 1,2,3,5,4. Перевод рук.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
8	По расписанию	практика	2	Практическая часть у станка: - движение кисти, растяжка	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
9	По расписанию	практика	2	Практическая часть у станка: - demi plie по 1, 2, 3 позициям; - battment tendu по 1ой позиции (начиная в сторону); - releve (подъём на полупальцы) по 1, 2, 3	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения

				позициям (лицом к станку).		
10	По расписанию	практика	2	Практическая часть на середине зала: - экзерсис «Par terre» - поклон;	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
11	По расписанию	практика	2	Практическая часть на середине зала: - позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3 при неполной выворотности;	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
12	По расписанию	практика	2	Практическая часть на середине зала: - demi plie по 1 и 2 позициям;	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
13	По расписанию	практика	2	Практическая часть на середине зала: - releve на полупальцах по всем позициям.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
Ритмическая гимнастика (14)						
14	По расписанию	практика	2	Движения головой. Повороты, наклоны, вращения. Движения плечами.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
15	По расписанию	практика	2	Наклоны корпуса вперед, назад и в стороны. Скручивания. Приседания.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
16	По расписанию	практика	2	Махи ногами вперед, в сторону, назад. Прыжки. Движения на полу: работа стопой, махи.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
17	По расписанию	практика	2	Движения по кругу и в диагонали: шаги с носка, на полупальцах, бег с забрасыванием ног назад и вперед, подскоки, галоп.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
18	По расписанию	практика	2	Упражнения на работу стопы, на полу – наклоны вперед (складка), складка с открытыми ногами.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
19	По расписанию	практика	2	Шпагаты, мостики, коробочки, лодочки.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
20	По расписанию	практика	2	Упражнения на укрепление мышц спины и пресса.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
Основы народно - сценического танца (20 часов)						
21	По расписанию	теория	2	Дать широкое представление о русском народном танце, одном из распространённых и давних видов творчества русского народа.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Беседа

22	По расписанию	практика	2	Пять открытых (1, 2, 3, 4, 5) позиций народно-сценического танца.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
23	По расписанию	практика	2	Четыре прямых позиции:	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
24	По расписанию	практика	2	Позиции рук	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
25	По расписанию	практика	2	Изучение упражнений: приседания:	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
26	По расписанию	практика	2	Упражнения на развитие подвижности стопы.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
27	По расписанию	практика	2	Маленькие броски вперед, в сторону, назад	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
28	По расписанию	практика	2	Низкие развороты	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
29	По расписанию	практика	2	Подготовка к «веревочке»	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
30	По расписанию	практика	2	Дробные выстукивания	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
Эстрадный танец (20 часов)						
31	По расписанию	теория	2	Знакомство с разными эстрадными направлениями. Основы музыкальных ритмов.	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
32	По расписанию	практика	2	Поклоны девочек и мальчиков; шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
33	По расписанию	практика	2	Подскоки вперед и назад	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
34	По расписанию	практика	2	Подскоки в комбинации с галопом; галоп	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
35	По расписанию	практика	2	Притоп; различие правой и левой руки, ноги, плеча	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
36	По расписанию	практика	2	Повороты вправо, влево	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
37	По расписанию	практика	2	Построения по линиям	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
38	По расписанию	практика	2	Построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения

39	По расписанию	практика	2	Перестроение из колонны в шеренгу и обратно; круг, сужение и расширение круга	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
40	По расписанию	практика	2	Основные элементы танца джаз-модерн	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
Постановка и репетиция танцев (60 часов)						
41	По расписанию	теория	2	Специфика и условия отработки танцевальных навыков	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Беседа
42	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
43	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
44	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
45	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
46	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
47	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
48	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
49	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
50	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
51	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
52	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
53	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
54	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
55	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения

56	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
57	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
58	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
59	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
60	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
61	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
62	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
63	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
64	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
65	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
66	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
67	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
68	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
69	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
70	По расписанию	практика	2	Постановка и репетиция танцев	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тренировочные упражнения
71	По расписанию	практика	2	Культурно – массовые мероприятия	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Отчетный концерт
72	По расписанию	практика	2	Итоговое занятие	МБУ ДО ЦРДиП «Витамин»	Тестирование

