Р Е С П У Б Л И К А Д А Г Е С Т А Н

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ И культуры мо «Чародинский район»

**муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей Чародинского района»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Принята на заседании**  **методического совета**  **Протокол № \_\_\_\_**  **от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.** | **«Утверждаю»**  **Директор**  **МБУ ДО «ЦДОД ЧР»**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ш.О.Магомедова**  **Приказ № \_\_\_\_\_\_**  **от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.** |
|  |  |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Хореография»**

**Направленность**: художественная

**Уровень программы:** базово - стартовый

**Возраст учащихся**: 5-18

**Срок реализации**: 3 года

**Автор-составитель:**

Меджидова Альбина Омарасхабовна,

педагог дополнительного образования

МБУ ДО «ЦДОД ЧР»

**с. Цуриб- 2023г.**

**Пояснительная записка**

Хореография - это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Известный отечественный психолог Л.С. Выготский подчеркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Следовательно, танец, с его богатой образно-художественной движенческой системой может играть и безусловно играет ключевую роль в развитии продуктивного воображения и творчества. Развитие детского дошкольного творчества – обязательное условие активного прогресса креативных качеств личности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Танец можно назвать ритмической поэмой. Слово «Танец» вызывает в нашем сознании представление чего-то грандиозного, нежного и воздушного. Занятие танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне – гармоничной личности дошкольника.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Хореография не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств

В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности.

Таким образом, оказывается разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

**Актуальность хореографического образования:** Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

***По направленности данная программа относится к художественной.***

***По уровню сложности - ознакомительная.***

**Цели и задачи программы.**

**Цель:** формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений, развитие исполнительских способностей детей.

**Задачи:**

*Обучающие:*

* изучение элементов классического, народного, бального, современного танцев;
* формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
* обучение правильному дыханию (дыхательные упражнения);
* изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки
* -умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

*Развивающие:*

* совершенствование психомоторных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);
* развитие мелкой моторики, памяти, внимания, воображения;
* развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку;
* развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата.

*Воспитательные:*

* воспитание у детей интереса к танцевальному искусству;
* воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
* воспитание, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Отличительной особенностью данной программы является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

**Новизна Программы** является адаптация и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографической студии.

***Программа «Хореография» предназначена для детей 7- 17лет****:*

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

*Возрастные особенности детей 7-17 лет:*

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является: быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

***Срок реализации*** – программа рассчитана на один год обучения (144ч), по 2ч два раза в неделю.

**Планируемые результаты.**

*Ребенок на этапе освоения Программы:*

- знают назначение отдельных упражнений хореографии;

- умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;

- выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку;

- проявляют желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;

- умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;

- владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;

- умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах, поочерёдное выбрасывание ног вперёд, приставной шаг с приседанием; с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд.

- выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами).

- знают основные танцевальные позиции рук и ног.

- умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку.

- способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

*Критерии оценки освоения Программы:* Для выявления эффективности освоения программы используются следующие методы: наблюдение, беседа, анализ продуктов детского творчества.

**2.Содержание программы**

***УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов и тем | Общее количество | | | Форма аттестации (контроля) |
| Всего | Теория | Практика |
| 1 | Вводное | 2 | 2 | - | Ознакомление |
| 2 | Определение и передача в движении характера музыки, музыкального размера и темпа | 8 | 4 | 4 | Оценка качества |
| 3 | Элементы партерной гимнастики | 30 | 4 | 26 | Оценка возможностей учащихся |
| 4 | Упражнения на развитие ориентации в пространстве: | 4 | 2 | 2 | Оценка возможностей учащихся |
| 5 | Основные положения рук и ног в классическом танце | 4 | 2 | 2 | Оценка внимания и координации |
| 6 | Развитие музыкальности, умение координировать движения с музыкой. | 6 | 2 | 4 | Оценка слуховых качеств учащихся |
| 7 | Формирование правильной осанки, красивой походки, эмоциональной выразительности движений. | 12 | 4 | 8 | Оценка возможностей учащихся |
| 8 | Формирование навыков кружения на месте на подскоках в движении, развитие умения сочетать движения с музыкой в медленном темпе | 10 | 4 | 6 | Оценка правильности и умения двигаться в пространстве |
| 9 | Формирование навыков кружения на месте на подскоках в движении, развитие умения сочетать движения с музыкой в быстром темпе | 10 | 4 | 6 | Оценка правильности и умения двигаться в пространстве |
| 10 | Репетиционная работа | 58 | 10 | 48 | Оценка качества исполнения |
|  | Итого часов | 144 | 38 | 106 |  |

*Содержание* *учебного плана:*

1. Вводное занятие (2ч):

Знакомство с учащимися. Объяснение основ хореографической дисциплины. Ознакомление с планом работы.

1. **Определение и передача в движении характера музыки, музыкального размера и темпа (8 ч):**

Теоретическое занятие (4 ч):

Определение и передача в движении характера музыки (веселый, грустный);

темпа (медленный, быстрый); жанров музыки (марш, песня, танец)

Практическое занятие (4 ч):

Определение и передача в движения:

характера музыки (веселый, грустный);

темпа (медленный, быстрый);

жанров музыки (марш, песня, танец

1. **Элементы партерной гимнастики (30 ч):**

Теоретическое занятие (4 ч):

упражнения для ног и рук

упражнения для развития осанки

практическое занятие (26 ч):

упражнения для ног и рук

упражнения для выворотности ног, развитие тазобедренного сустава;

упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках);

упражнения для ног (сокращенная, вытянутая стопа);

упражнения для развития осанки («черепаха - жираф»);

упражнения для ног (сокращенная, вытянутая стопа);

упражнения для развития осанки («черепаха - жираф»);

упражнения для выворотности ног, развитие тазобедренного сустава;

упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках);

упражнение для развития танцевального шага (шпагат, «растяжка»).

1. **Упражнения на развитие ориентации в пространстве (4 ч):**

Теоретическое занятие (2 ч):

построение круг в круге, положение в парах;

практическое занятие (2 ч):

построение круг в круге, положение в парах;

1. **Основные положения рук и ног в классическом танце (4 ч):**

Теоретическое занятие (2 ч):

Первая, вторая, третья позиции рук и 1, 2, 3, 4, 5 позиции ног;

практическое занятие (2 ч):

Первая, вторая, третья позиции рук и 1, 2, 3, 4, 5 позиции ног;

1. **Развитие музыкальности, умение координировать движения с музыкой (6 ч):**

Теоретическое занятие (2 ч):

Изучение и понятие музыкального размера 2/4, 3/4, 4/4

практическое занятие (2 ч):

движение правый и левый боковой галоп соединенный с хлопками под музыкальный размер 2/4

положение партнера и партнерши в паре. Положение головы, рук, ног. Правильность постановки корпуса.

1. **Формирование правильной осанки, красивой походки, эмоциональной выразительности движений (12 ч):**

Теоретическое занятие (4 ч):

Разбор основных элементов, которые способствуют красивой и правильной походке и осанке на сцене.

Объяснение элементов для мимики и сценического образа обучающегося.

практическое занятие (8 ч):

упражнения для развития осанки («черепаха - жираф»);

упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках);

упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках);

упражнение для развития танцевального шага (шпагат, «растяжка»).

1. **Формирование навыков кружения на месте на подскоках в движении, развитие умения сочетать движения с музыкой в медленном темпе (10 ч):**

Теоретическое занятие (4 ч):

Умение двигаться под музыкальный размер 4/4

Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца.

Центр зала, колонна, линия, перестроение.

Практическое занятие (6 ч):

Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца.

Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца.

Центр зала, колонна, линия, перестроение, интервал, опорная нога, рабочая нога.

1. **Формирование навыков кружения на месте на подскоках в движении, развитие умения сочетать движения с музыкой в быстром темпе (10 ч):**

Теоретическое занятие (4 ч):

Умение двигаться под музыкальный размер 2/4

Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца.

Центр зала, колонна, линия, перестроение.

Практическое занятие (6 ч):

Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца.

Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца.

Центр зала, колонна, линия, перестроение, интервал, опорная нога, рабочая нога.

1. **Репетиционная работа (58):**

Репетиции для подготовки концертных номеров для городских и республиканских мероприятий.

1. **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**

Формы подведения итогов.

• наблюдение педагога в ходе занятий,

• анализ подготовки и участия воспитанников в хореографической студии в школьных мероприятиях,

• оценка зрителей, членов жюри,

• анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах.

Принципиальной установкой программы (занятий) является отсутствие назидательности и прямолинейности в преподнесении вокального материала.

Программа «хореография» предполагает различные формы контроля текущих, тематических, промежуточных и конечных результатов. Методом контроля и управления обучающего процесса является оценка возможностей детей, выполнение творческих заданий, участие в конкурсах, концертах, анализ результатов конкурсов, а также наблюдение педагога в ходе занятий, подготовки, участие в разного уровня мероприятиях.

Задачи контроля:

• определение фактического состояния обучающегося в данный момент времени;

• определение причин выявленных отклонений от заданных параметров;

• обеспечение устойчивого состояния общающегося.

Виды контроля:

• знания понятий, теории;

• хореографические данные;

• соответствие знаний, умений и навыков программе обучения;

• уровень и качество исполнения произведений;

• степень самостоятельности в приобретении знаний;

• развитие творческих способностей.

Критериями оценки знаний, умений и навыков учащихся является:

• уровень предусмотренных программой теоретических знаний;

• уровень хореографических навыков;

• степень самостоятельности в работе;

**4.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

***Материально-технические условия реализации программы.***

Наличие специального кабинета (танцевальный класс).

Наличие репетиционного зала (сцена).

Партерный инвентарь, станок для занятий классическим танцам.

Музыкальный центр, компьютер.

Записи фонограмм в режиме «+» и «-».

Электроаппаратура.

Зеркала.

Записи аудио, видео, формат CD, MP3, флешноситель.

Записи выступлений, концертов.

**Учебно-методические и информационно обеспечение программы.**

***Нормативно-правовые основания*** разработки дополнительных общеразвивающих программ

Дополнительная образовательная программа «Хореография» создана и обновлена на основании современных нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность педагогов учреждения дополнительного образования детей:

• Конституция Российской Федерации;

• Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

• Федеральный закон РФ №124 «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998, ред. от 17.12.2009, изм. от 21.07.2011г.

• Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013–2020 годы;

• Указ Президента РФ от 7 мая 2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

• Указ Президента РФ от 1 июня 2012 № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы»;

• Приказ Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

• Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования на 2013-2020 годы», утверждена 22.11.2012 г., № 3 2148-р;

• Концепция развития дополнительного образования детей, распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р

***Методическое обеспечение программы:***

• аудио и видео материалы по хореографии, (просмотр концертных номеров известных ансамблей).

• учебно-методический комплекс по хореографическим навыкам ансамблевого и сольного исполнения.

• сценарии

• интернет-материалы

• видеозаписи выступлений

Средства реализации программы

• Музыкальный центр

• видеокамера

• фотоаппарат

• компьютер с установленными программами

• помещение для занятий

• фортепиано

• сцена

• осветительная аппаратура и спецэффекты

***Литература, методические материалы и средствами обучения и воспитания.***

1. Азбука хореографии - Барышникова Т.(г. Москва 1999год).
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста. 2-е изд., СПб, ЛОИРО, 2007.
3. «Танцевальная мозаика» - хореография в детском саду - Слуцкая С.Л.(2006 год).
4. Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - Каплунова И., Новоскольцева И..
5. «Са-фи-дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей - Фирилёва Ж.Ё.
6. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду - М.,Линка-Пресс. 2006.
7. Танцевальная ритмика - Суворова Т.

8. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство- пресс, 2001.

***Приложение***

**Календарно учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятия** | **Форма занятия** | **Количество часов** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1 |  |  |  | теория | 2 | Знакомство с учащимися. Объяснение основ хореографической дисциплины. Ознакомление с планом работы. | Хореографический класс | Ознакомление |
| 2 |  |  |  | теория | 2 | Определение и передача в движении характера музыки (веселый, грустный);  Темпа (медленный, быстрый); | Хореографический класс | Оценка качества |
| 3 |  |  |  | теория | 2 | Определение и передача в движении характера музыки жанров музыки (марш, песня, танец) | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 4 |  |  |  | практ | 2 | Определение и передача в движении характера музыки (веселый, грустный);  темпа (медленный, быстрый); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 5 |  |  |  | практ | 2 | Определение и передача в движении характера музыки жанров музыки (марш, песня, танец) | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 6 |  |  |  | теория | 2 | упражнения для рук, упражнения для развития осанки | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 7 |  |  |  | теория | 2 | упражнения для ног, упражнения для развития осанки | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 8 |  |  |  | Практ | 2 | упражнения для рук | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 9 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для ног | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 10 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для выворотности ног, развитие тазобедренного сустава; | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 11 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 12 |  |  |  | практ | 2 | Упражнения на апломб | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 13 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для развития осанки («черепаха - жираф»); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 14 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для ног (сокращенная, вытянутая стопа); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 15 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для развития осанки («черепаха - жираф»); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 16 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для выворотности ног, развитие тазобедренного сустава; | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 17 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 18 |  |  |  | практ | 2 | упражнение для развития танцевального шага - шпагат | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 19 |  |  |  | практ | 2 | упражнение для развития танцевального шага - растяжка | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 20 |  |  |  | теория | 2 | построение круг в круге, положение в парах; | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 21 |  |  |  | практ | 2 | построение круг в круге, положение в парах; | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 22 |  |  |  | теория | 2 | Первая, вторая, третья позиции рук и 1, 2, 3, 4, 5 позиции ног; | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 23 |  |  |  | практ | 2 | Первая, вторая, третья позиции рук и 1, 2, 3, 4, 5 позиции ног; | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 24 |  |  |  | теория | 2 | Изучение и понятие музыкального размера 2/4, 3/4, 4/4 | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 25 |  |  |  | практ | 2 | движение правый и левый боковой галоп соединенный с хлопками под музыкальный размер 2/4  положение партнера и партнерши в паре. Положение головы, рук, ног. Правильность постановки корпуса. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 26 |  |  |  | теория | 2 | Разбор основных элементов, которые способствуют красивой и правильной походке и осанке на сцене. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 27 |  |  |  | теория | 2 | Объяснение элементов для мимики и сценического образа обучающегося. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 28 |  |  |  | практ | 2 | Упражнения для развития осанки («черепаха - жираф»); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 29 |  |  |  | практ | 2 | Упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 30 |  |  |  | практ | 2 | упражнения для гибкости спины («лягушка», «мостик», «стойка на лопатках); | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 31 |  |  |  | практ | 2 | Упражнение для развития танцевального шага (шпагат, «растяжка»). | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 32 |  |  |  | теория | 2 | Умение двигаться под музыкальный размер 4/4 | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 33 |  |  |  | теория | 2 | Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца. Центр зала, колонна, линия, перестроение. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 34 |  |  |  | практ | 2 | Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 35 |  |  |  | практ | 2 | Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 36 |  |  |  | практ | 2 | Центр зала, колонна, линия, перестроение, интервал, опорная нога, рабочая нога. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 37 |  |  |  | теория | 2 | Умение двигаться под музыкальный размер 2/4 | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 38 |  |  |  | теория | 2 | Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца.  Центр зала, колонна, линия, перестроение. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 39 |  |  |  | практ | 2 | Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 40 |  |  |  | практ | 2 | Сценический шаг. Ход по линии танца и против линии танца. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 41 |  |  |  | практ | 2 | Центр зала, колонна, линия, перестроение, интервал, опорная нога, рабочая нога. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 42 |  |  |  | теория | 2 | Постановка концертного номера «Вальс». Знакомство с культурой танца. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 43 |  |  |  | практ | 2 | Вальсовое движение. Вальсовая дорожка. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 44 |  |  |  | практ | 2 | Балянсе. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 45 |  |  |  | практ | 2 | Движение карзинка | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 46 |  |  |  | практ | 2 | Балянсе в повороте | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 47 |  |  |  | теория | 2 | Положение рук, ног, головы, корпуса. Манера исполнения. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 48 |  |  |  | практ | 2 | Поворот под рукой. Положение в паре партнера и партнерши. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 49 |  |  |  | практ | 2 | Вальсовая дорожка в паре. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 50 |  |  |  | теория | 2 | Закрытое и открытоа положение в партнера и партнерши. Работа корпуса. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 51 |  |  |  | практ | 2 | Закрытое и открытоа положение в партнера и партнерши. Работа корпуса. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 52 |  |  |  | практ | 2 | Правый вальсовый поворот по 3 и 6 позиции ног. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 53 |  |  |  | практ | 2 | Левый вальсовый поворот по 3 и 6 позиции | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 54 |  |  |  | практ | 2 | Положение в паре. Поворот головы, вальсирование. Положение рук, ног, корпуса. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 55 |  |  |  | практ | 2 | Разводка танцевального номера в рисунке. Просмотр видеоматериала. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 56 |  |  |  | теория | 2 | Постановка концертного номера «Рутульский танец». | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 57 |  |  |  | теория | 2 | Знакомство с культурой данной народности. Просмотр видеоматериала. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 58 |  |  |  | практ | 2 | Одинарный лезгинский шаг. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 59 |  |  |  | практ | 2 | Положение рук, ног, головы, корпуса. Работа над пластикой движения. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 60 |  |  |  | практ | 2 | Одинарная гасма. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 61 |  |  |  | практ | 2 | Положение рук, ног, головы, корпуса. Работа над пластикой движения. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 62 |  |  |  | практ | 2 | Лезгинский одинарный падебаск. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 63 |  |  |  | практ | 2 | Лезгинский двойной падебаск с поворотом головы. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 64 |  |  |  | практ | 2 | Гасма с одинарным выбросом ноги. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 65 |  |  |  | практ | 2 | Гасма с двойным выбросом ноги. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 66 |  |  |  | практ | 2 | Движение рук, ног, головы. Обоюдный поворот в паре. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 67 |  |  |  | практ | 2 | Работа над пластикой рук. Сольные части женской партии. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 68 |  |  |  | практ | 2 | Положение в паре партнера и партнерши. Основной шаг по кругу, смена мест, поворот на месте. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 69 |  |  |  | практ | 2 | Работа над финальной частью танца, чистка в элементах движения. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 70 |  |  |  | практ | 2 | Разведение и расстановка. Общий план танца. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 71 |  |  |  | практ | 2 | Подведение итогов. Просмотр видео материала | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |
| 72 |  |  |  | практ | 2 | Подведение итогов. Повтор пройденного материала. | Хореографический класс | Оценка возможностей учащихся |