

Управление образования
администрации Сергиево-Посадского муниципального района
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Детская школа искусств имени Елены Дмитриевны Поленовой
(г.Хотьково)

Рекомендовано
педагогическим советом

Протокол №1
от 10.01.2020 г.

«Утверждаю»
Директор МБУДО ДШИ
им. Е. Д. Поленовой (г.Хотьково)
Вороная Е.М.
Приказ №05 от 13.01.2020 г.



ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

Бальные танцы (начинающие)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Начинающий уровень

Возраст обучающихся: 4-6 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель:

педагог дополнительного образования
Лазарев Евгений Владимирович

г.Хотьково

2020

I. Пояснительная записка

Танцевальный спорт – это один из самых молодых видов спорта в нашей стране. Особенно широкое распространение они получили за последние десятилетия. Сейчас нет практически ни одного города, где не было бы коллективов бального танца.

В репертуар бальных танцев вошло всё то лучшее, что было отобрано мировым опытом в течение нескольких десятков лет. Эти танцы стали международными. К ним написано много музыки, отвечающей самым высоким требованиям. Благодаря этому бальные танцы дают большие возможности для эстетического воспитания, а также развивают как хореографические, так и музыкальные способности. Они оказывают большое влияние на формирование внутренней и внешней культуры человека, усвоение норм этики, развитие художественного вкуса.

Большое значение бальные танцы имеют для физического развития человека. Занятия танцами совершенствуют навыки основных видов движений, повышают уровень физической и умственной работоспособности, развивают выносливость. Природа танца даёт ни с чем несравнимые возможности для гармоничного физического развития. Систематические занятия бальными танцами пропорционально развивают фигуру, вырабатывают красивую осанку, придают внешнему облику человека подтянутость и элегантность. Танец учит логическому, целесообразно организованному движению. Следует отметить, что за последние годы стали появляться коллективы конкурсного спортивного танца. Сам процесс изучения танцев также является активным, творческим процессом, пробуждающим в человеке художественное начало. Сила воспитательного воздействия спортивного танца в единстве красоты формы и движения.

В настоящее время проявляется большой интерес к бальным танцам. Занятия бальными танцами и сегодня играют не маловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, физкультурно-спортивного, этического и художественно-эстетического развития и образования. В связи с этим становится очевидным, что программа «Бальные танцы» имеет высокую степень актуальности, востребована в современной системе дополнительного образования и педагогически целесообразна.

Занятия в группе «Бальные танцы» строятся на принципах добровольности, самоуправления, самообслуживания обучающихся.

1.1. Направленность

Программа «Бальные танцы» реализует *физкультурно-спортивную* и художественную направленности. Данная программа основана на личном опыте работы педагога и реализуется в учреждениях дополнительного образования. Программа постоянно совершенствуется и дополняется новыми методиками и технологиями, апробируемыми и применяемыми автором в процессе обучения.

1.2. Актуальность

Бальные танцы объединяют в себе не просто спорт и искусство, а представляет собой богатейший вид творчества, отражающий в себе все красоты мира, которые может показать человек, используя лишь один инструмент - собственное тело: красоту звука и ритма, линии, чувства, силы, скорости, напряжения и расслабления, цвета, возможностей тела человека как эластичного материала и как языка, понятного представителю любого этноса, а также красоту гармонии всех этих граней бального танца.

1.3.Новизна

В системе преподавания бального танца на занятиях весь теоретический и практический материал тесно связывается с законами физики (статики, динамики, кинематики и т. д.), математики, биологии и медицины, то, что обучающиеся изучают в пределах школьной программы, применяют эти знания в танцевальной практике.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребёнка. Пластические средства и мимика выражают разнообразную гамму чувств и настроений; даёт правильное направление развитию многообразия эмоциональных проявлений, гуманистических чувств, стремление к сотрудничеству и положительному самоутверждению.

1.3.Цель программы

Обучение детей основам бального танца, развитие художественной и эмоциональной одарённости и образности, воспитание на лучших традициях танцевального спорта.

1.4.Задачи программы:

1.Обучающие

- *обучение необходимым основам и приемам бального танца;
- * формирование выразительных движенческих навыков, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- *формирование навыков современного танцевального искусства на уровне практического применения;
- *реализация индивидуальных способностей обучающихся.

2.Воспитательные

- *воспитание взаимопонимания, уважения, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости среди участников образовательного процесса;
- *обогащение навыками совместной деятельности в рамках образовательной программы;
- *воспитание общей музыкальной культуры, развитие слуха, темпа – метра – ритма, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- *расширение кругозора, образно – художественного восприятия мира, воспитание общей культуры, коллективизма и гуманизма;
- * формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения "исполнитель – педагог ", "партнёр – партнёрши ".

3.Развивающие

- *формирование важнейших качеств личности: эрудиции, прилежание, трудолюбие, отношение к людям, художественно-эстетический вкус, самовосприятие и другие позитивные качества;
- *развитие познавательного интереса и включенность детей в познавательную деятельность в области бального танца;
- *развитие памяти, внимания, целеустремленности и любви к порядку и дисциплине;
- *развитие фантазии и воображения;
- *формирование правильной осанки, укрепления суставного, двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно–двигательного аппарата ребёнка;
- развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчество, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала.

Предлагаемая концепция программы базируется на важнейших дидактических принципах: систематичность, доступность, последовательность, учёт

психофизиологических и возрастных особенностей; индивидуализация, наглядность, активность, связь теории с практикой, межпредметность, результативность, А также опирается на новейшие современные зарубежные педагогические идеи: "Фьюжена" (сплава нескольких видов пластических направлений), "тьютерства"(сотворчества педагога и обучающихся – "нога в ногу ", "рука в руку ", не "над обучающимися, а вместе – рядом сними ").

1.5.Отличительные особенности

Данная программа является важным элементом в формировании современной личности, стремящейся к гармоничному развитию, к развитию своих интеллектуальных способностей и физического здоровья. Программа построена на принципах добровольности, самоуправления и самоорганизации обучающихся.

1.6.Адресат

Адресатом данной программы выступают дети в возрасте от 4 до 6 лет.

II.Формы организации педагогической деятельности и образовательного процесса

2.1.Объём и срок освоения программы

Программа предусматривает 72 академических часа обучения.. Срок освоения программы – 2 года. В 72 часа включено 7 часов основ ПДД.

2.2.Форма обучения

Основная форма занятий очная, занятия проходят в группе до 16 человек, исходя из площади зала. Программа «Бальные танцы» начинающий уровень может быть как самостоятельным курсом, так и подготовительным к базовому уровню обучения.

Программа рассчитана на два года и поделена на два этапа обучения. Первый этап 9 учебных месяцев. Характерной особенностью первого этапа обучения является ведение занятий приёмом наглядного повтора за педагогом. Второй этап рассчитан на 9 месяцев. Характерной особенностью второго этапа обучения является ведение занятий с частичным приёмом наглядного повтора за педагогом и выполнение обучающимися короткометражных заданий.

2.3.Режим занятий

Занятия в группе проходят – 2 раз в неделю по 1 академическому часу.

2.4.Кадровое обеспечение программы

Реализация программы обеспечиваться одним педагогом дополнительного образования, имеющим допуск к осуществлению образовательного процесса, согласно должностной инструкции. Педагог должен иметь опыт работы с детьми в области танцевального спорта и квалификационную категорию.

III. УЧЕБНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3.1. Учебно-тематическое планирование начинающего уровня обучения Первый этап

Номер темы	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля	
		Всего	Теория	Практика		
Тема №1	Вводное занятие. Правила поведения в учреждении. Техника безопасности. Введение в образовательный процесс. «Радостные поклоны». Вариации поклонов	1	0.5	0.5	Педагогическое наблюдение. Показ.	
	Основы ПДД. Введение. « <i>Пешеход – кто это?</i> »	1	1	0		
Тема №2	Хореографические понятия и термины	1	1	0		
	Основы ПДД « <i>Кто есть кто на дороге?</i> »	1	1	0		
Тема №3	Изучение движений	10	2	8		
Тема №4	Изучение пространственных рисунков фигур	3	1	2		
	Основы ПДД « <i>Дорожные знаки.</i> »	1	1	0		
Тема №5	Основные фигуры бального танца. Медленный вальс, ча-ча-ча, полька.	15	5	10		
	Основы ПДД « <i>Я пассажир автомобиля.</i> »	1	1	0		
Тема №6	Танцевальные композиций.	10	2	8		
	Основы ПДД « <i>Виды транспорта.</i> »	1	1	0		
Тема №7	Игры	10	2	8		
	Основы ПДД « <i>Я и моя семья – пешеходы.</i> »	1	1	0		
Тема №8	Партерная гимнастика	10	1	9		
Тема №9	Закрепление и повторение пройденного материала. Концертный показ. Аттестационные выступления.	5	1	4		
	Основы ПДД « <i>Велосипедисты на дорогах.</i> »	1	1	0		
Итого за первый этап :		72	22.5	49.5		
Основы ПДД		7	7	0		

3.2. Содержание первого этапа обучения

Тема 1 -2 часа. Вводное занятие. Правила поведения в учреждении. Техника безопасности. Введение в образовательный процесс. «Радостные поклоны». Вариаций поклонов.

Теория -0.5 час. Правила поведения в учреждении. Техника безопасности. Введение в образовательный процесс.

Практика -0.5 час. «Радостные поклоны» - психологическая установка на занятие – введение детей в мир музыки и танца с радостью и улыбкой. Поясной поклон – приветствие.

Основы ПДД. Введение. «*Пешеход – кто это?*».

Тема 2 –1 час. Хореографические понятия и термины.

Теория- 1 час.

«Центр», движение в центр и из центра круга, «лицом в круг», «лицом из круга». С данными терминами педагог знакомит детей на 1 занятии первого этапа обучения. Они применяются во многих играх и танцевальных композициях.

Положение «руки вдоль корпуса», положение рук «воротца», соединение рук с рядом стоящих исполнителей. С данными положениями педагог знакомит детей на 1 этапе обучения. Положение «вдоль» используется на каждом занятии, приветствий и прощаний. Остальные положения рук используются во многих играх и композициях.

Основы ПДД «Кто есть на дороге» – 1 час.

Тема 3-10 часов. Изучение движений.

Теория -2 часов. Объяснение материала. Показ.

Практика -8 часов.

на первом этапе обучения изучение движений происходит только через игры и танцевальные композиции. Эти движения, традиционно применяемые в многочисленных хореографических школах, студиях, спортивных коллективах, основная цель которых – полноценное развитие физического аппарата человека. Данные движения следует включать в процесс обучения на всех этапах

Маршевый шаг, поклон, дробный топающий шаг, гусиный шаг с опорой на руки, прыжки на двух ногах, быстрый бег, полуприседания, поворот вокруг себя на маршевом шаге, приставные боковые шаги в сторону.

Наклоны головы, круговые движения головой, поднимание и опускание плеч, круговые движения плеч, активные развороты корпуса, наклоны корпуса, ход на внешней стороне стопы, ход на полупальцах, легкий бег на полупальцах, полное приседание, прыжки на одной ноге, перескоки, круговой мах руками вперед и назад, вдоль корпуса, поочередное перекрещивание рук с разных сторон, бег одновременно на руках и ногах.

Тема 4- 3 часа. Изучение пространственных рисунков фигур.

Теория-1 час. Объяснение материала с показом движений.

Практика-3 час. Отработка движений.

- 1.Центр, движение из центра и в центр круга.
- 2.Лицом в круг, лицом из круга.
- 3.Положение руки вдоль корпуса.
- 4.Положение рук «воротца».

5. Движение «по часовой стрелке» и «против часовой стрелки».
6. «Лицом друг к другу». «Спиной друг к другу».
7. «Равные интервалы» и интервалы в парах.
8. Положение «руки в поясе», «самоварчик».
9. Положение в паре «лодочка».

Основы ПДД «Дорожные знаки» – 1 час.

Тема 5 – 15 часов. Основные фигуры бального танца. Медленный вальс, ча-ча-ча, полька.

Теория - 5 часов. Объяснение материала с показом движений.

Практика- 10 часов. Отработка изученных движений. Медленный вальс: «Закрытая перемена из правого в левый поворот», «закрытая перемена из левого в правый поворот» (партия партнера и партнерши).

Ча-ча-ча: «шассе ча-ча-ча вправо», «шассе ча-ча-ча влево», «тайм-степ» (партия партнера и партнерши.)

Фигуры, используемые для обучения основному ритму ча-ча-ча и хорошей ритмической интерпретаций.

Полька (шарик жучку взял за ручку): «боковой галоп», «позиция лодочка», «дробные тройные хлопки», «тройной притоп», «подскоки вокруг себя на месте» (исполнение в парах).

Основы ПДД «Я пассажир автомобиля».

Тема 6 -10 часов. Танцевальные композиции.

Теория -2 часа. Изучение танцевальных композиций .

Практика-8 часов. Отработка танцевальных композиций и образов.

1.«Движение по кругу в определенных образах»

Выполняя движения в определенных характерных образах, дети движутся друг за другом по кругу, «против часовой стрелки». Солдат, курочка, лисичка, лошадь, великан ежик, заяц, медведь, бег от медведя.

2. «Фантазия»

Дети вместе с педагогом стоят лицом в круг. Педагог на энергичную музыку исполняет импровизированные движения, обозначая в слух образ каждого движения, а дети повторяют (плывем вперед, плывем назад, катаемся на лыжах, ножницы, превращаем шоколадку в лепешку, стало холодно, кидаем снежки, прыгаем в воду, пауки.)

3.«Стирка»

Дети, выполняя небольшие пружинистые движения на двух свободно расставленных ногах, в ритм музыки исполняют руками следующие образные комбинации: стирка вещей в тазу, полоскание вещей, выжимание выстиранных вещей, развешивание вещей на веревки, вытирание пота со лба.

4. «Всё лето качались и пели»

Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Раскачивают руки вперед назад на трёх дольный счёт музыки, пружиня в коленях. Встают на полупальцы и поднимают руки вверх. Опускаются на пятки, голова мягко опускается вниз, кисти медленно опускаются на плечи, туловище слегка раскачивается вправо и влево.

5. «Мы пойдем с начало вправо»

Данная композиция используется для развития способности выполнять задания.

Дети стоят лицом в круг и выполняют движения под пение педагога. Мы пойдем сначала вправо, а потом пойдем налево, в центре круга соберемся, и обратно все вернемся и т.д.

Основы ПДД Основы ПДД «Виды транспорта»– 1 час.

Тема 7 - 10 часов. Игры.

Теория- 2 час. Объяснение правил игры, проучивание игровых композиций.

Практика- 8 часов.

1. «знакомство»

Дети сидят на ковриках разложенных по кругу. Педагог находясь в кругу подходит к каждому ребенку, и здоровается с ним, подавая руку.

2. «Золотые ворота»

Двое участников игры стоят друг напротив друга. Соединив руки поднимают их вверх, изображая ворота. Остальные, держась за руки, делают сомкнутый круг, и движутся под воротцами под стихотворение. После окончания последней строчки, ворота опускаются. Кто попался, тот меняется с одним из участников, державшим ворота.

3. «По дубочку постучишь»

Все идут по кругу взявшись за руки, в центре водящий. Он изображает чирика. После окончания слов «себе пару выбирай» каждый и водящий должны быстро найти себе пару.

4. «лавата»

Все стоят лицом в круг. Педагог произносит следующие слова: «у меня руки хороши», а у соседа лучше. Далее взявшись за руки дети движутся по кругу и поют песню. Во время всей игры педагог называет разные части тела.

Основы ПДД «Я и моя семья –пешеходы»-1 час.

Тема 8 – 10 часов. Партерная гимнастика.

Теория – 1 час. Объяснение и показ выполнения упражнения.

Практика – 9 часов.

Упражнения на полу: движения стоп, наклоны в сторону с широко расставленными ногами, наклоны всем корпусом, складка, бабочка.

Упражнения на развитие гибкости и силы: мостик, березка, березка наклонилась, корзиночка, кошечка, ёжик, змея, лягушка, тюлень, лодочка, птичка, рыбка.

Партерные игровые композиции: Сидело два медведя (дети, широко расставив ноги, вслед за педагогом повторяют песенный текст с сочетанием определенных движений.)

Упражнения на расслабление мышц: дети неожиданно вскакивают на полупальцы, вытягивают руки вверх и напрягают все мышцы. Затем последовательно расслабляют – пальцы рук, запястья, локти, полностью руки, плечи, голову, верхнюю часть грудного отдела, поясничный отдел, колени ног и все тело полностью. В конце дети должны полностью лечь. Педагог проверяет расслабленность поднятием рук и ног.

Тема 9 - 6 часов. Закрепление и повторение пройденного материала. Концертный показ. Аттестационные выступления.

Теория -1 час. План выступления, концерта, прогона.

Практика -5 часов.

Многочисленное повторение по всем основным блокам и темам (выработка динамического стереотипа).

1. Итоговые показы, танцевальные представления,
 2. Аттестационные выступления: медленный вальс, ча-ча-ча, полька.
- Основы ПДД «Велосипедисты на дорогах».

Второй этап

Номер темы	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	
		Всего	Теория	Практика		
Тема №1	Вводное занятие. Правила поведения в учреждении. Техника безопасности. Введение в образовательный процесс. «Радостные поклоны». Вариации поклонов	1	0.5	0.5	Педагогическое наблюдение. Показ.	
	Основы ПДД. Введение. « <i>Пешеход – кто это?</i> »	1	1	0		
Тема №2	Хореографические понятия и термины	1	1	0		
	Основы ПДД « <i>Кто есть кто на дороге?</i> »	1	1	0		
Тема №3	Изучение движений	10	2	8		
Тема №4	Изучение пространственных рисунков фигур	3	1	2		
	Основы ПДД « <i>Дорожные знаки.</i> »	1	1	0		
Тема №5	Основные фигуры бального танца. Медленный вальс, ча-ча-ча, полька.	15	5	10		
	Основы ПДД « <i>Я пассажир автомобиля.</i> »	1	1	0		
Тема №6	Танцевальные композиций.	10	2	8		
	Основы ПДД « <i>Виды транспорта.</i> »	1	1	0		
Тема №7	Игры	10	2	8		
	Основы ПДД « <i>Я и моя семья – пешеходы.</i> »	1	1	0		
Тема №8	Партерная гимнастика	10	1	9		
Тема №9	Закрепление и повторение пройденного материала. Концертный показ. Аттестационные выступления.	6	1	5		
	Основы ПДД « <i>Велосипедисты на дорогах.</i> »	1	1	0		
Итого за первый этап :		72	22.5	49.5		
Основы ПДД		7	7	0		

3.2. Содержание второго этапа обучения

Тема 1 -2 часа. Вводное занятие. Правила поведения в учреждении. Техника безопасности. Введение в образовательный процесс. «Радостные поклоны». Вариаций поклонов.

Теория -0.5 час. Правила поведения в учреждении. Техника безопасности. Введение в образовательный процесс.

Практика -0.5 час. «Радостные поклоны» - психологическая установка на занятие – введение детей в мир музыки и танца с радостью и улыбкой. Поясной поклон – приветствие.

Основы ПДД. Введение. «*Пешеход – кто это?*».

Тема 2 –1 час. Хореографические понятия и термины.

Теория- 1 час.

«Центр», движение в центр и из центра круга, «лицом в круг», «лицом из круга». С данными терминами педагог знакомит детей на 1 занятии первого этапа обучения. Они применяются во многих играх и танцевальных композициях.

Положение «руки вдоль корпуса», положение рук «воротца», соединение рук с рядом стоящих исполнителей. С данными положениями педагог знакомит детей на 1 этапе обучения. Положение «вдоль» используется на каждом занятии, приветствий и прощаний. Остальные положения рук используются во многих играх и композициях.

Основы ПДД «Кто есть на дороге» – 1 час.

Тема 3-10 часов. Изучение движений.

Теория -2 часов. Объяснение материала. Показ.

Практика -8 часов.

на первом этапе обучения изучение движений происходит только через игры и танцевальные композиций. Эти движения, традиционно применяемые в многочисленных хореографических школах , студиях, спортивных коллективах, основная цель которых – полноценное развитие физического аппарата человека. Данные движения следует включать в процесс обучения на всех этапах

Маршевый шаг, поклон, дробный топающий шаг, гусиный шаг с опорой на руки, прыжки на двух ногах, быстрый бег, полуприседания, поворот вокруг себя на маршевом шаге, приставные боковые шаги в сторону.

Наклоны головы, круговые движения головой, поднимание и опускание плеч, круговые движения плеч, активные развороты корпуса, наклоны корпуса, ход на внешней стороне стопы, ход на полупальцах, легкий бег на полупальцах, полное приседание, прыжки на одной ноге, перескоки, круговой мах руками вперед и назад, вдоль корпуса, поочередное перекрещивание рук с разных сторон, бег одновременно на руках и ногах.

Тема 4- 3 часа. Изучение пространственных рисунков фигур.

Теория-1 час. Объяснение материала с показом движений.

Практика-3 час. Отработка движений.

1. Центр, движение из центра и в центр круга.
2. Лицом в круг, лицом из круга.
3. Положение руки вдоль корпуса.
4. Положение рук «воротца».
5. Движение «по часовой стрелке» и «против часовой стрелки».
6. «Лицом друг к другу». «Спиной друг к другу».
7. «Равные интервалы» и интервалы в парах.
8. Положение «руки в поясе», «самоварчик».
9. Положение в паре «лодочка».

Основы ПДД «Дорожные знаки» – 1 час.

Тема 5 – 15 часов. Основные фигуры бального танца. Медленный вальс, ча-ча-ча, полька.

Теория - 5 часов. Объяснение материала с показом движений.

Практика- 10 часов. Отработка изученных движений. Медленный вальс: «Закрывая перемена из правого в левый поворот», «закрывая перемена из левого в правый поворот» (партия партнера и партнерши).

Ча-ча-ча: «шассе ча-ча-ча вправо», «шассе ча-ча-ча влево», «тайм-степ» (партия партнера и партнерши.)

Фигуры, используемые для обучения основному ритму ча-ча-ча и хорошей ритмической интерпретаций.

Полька (шарик жучку взял за ручку): «боковой галоп», «позиция лодочка», «дробные тройные хлопки», «тройной притоп», «подскоки вокруг себя на месте» (исполнение в парах).

Основы ПДД «Я пассажир автомобиля».

Тема 6 -10 часов. Танцевальные композиции.

Теория -2 часа. Изучение танцевальных композиций .

Практика-8 часов. Отработка танцевальных композиций и образов.

1.«Движение по кругу в определенных образах»

Выполняя движения в определенных характерных образах, дети движутся друг за другом по кругу, «против часовой стрелки». Солдат, курочка, лисичка, лошадь, великан ежик, заяц, медведь, бег от медведя.

2. «Фантазия»

Дети вместе с педагогом стоят лицом в круг. Педагог на энергичную музыку исполняет импровизированные движения, обозначая в слух образ каждого движения, а дети повторяют (плывем вперед, плывем назад, катаемся на лыжах, ножницы, превращаем шоколадку в лепешку, стало холодно, кидаем снежки, прыгаем в воду, пауки.)

3.«Стирка»

Дети, выполняя небольшие пружинистые движения на двух свободно расставленных ногах, в ритм музыки исполняют руками следующие образные комбинаций: стирка вещей в тазу, полоскание вещей, выжимание выстиранных вещей, развешивание вещей на веревки, вытирание пота со лба.

4. «Всё лето качались и пели»

Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Раскачивают руки вперед назад на трёх дольный счёт музыки, пружиня в коленях. Встают на полупальцы и поднимают руки вверх. Опускаются на пятки, голова мягко опускается вниз, кисти медленно опускаются на плечи, туловище слегка раскачивается вправо и влево.

5. «Мы пойдём с начало вправо»

Данная композиция используется для развития способности выполнять задания.

Дети стоят лицом в круг и выполняют движения под пение педагога. Мы пойдём сначала вправо, а потом пойдём налево, в центре круга соберемся, и обратно все вернемся и т.д.

Основы ПДД Основы ПДД «Виды транспорта»– 1 час.

Тема 7 - 10 часов. Игры.

Теория- 2 час. Объяснение правил игры, проучивание игровых композиций.

Практика- 8 часов.

1. «знакомство»

Дети сидят на ковриках разложенных по кругу. Педагог находясь в кругу подходит к каждому ребенку, и здоровается с ним, подавая руку.

2. «Золотые ворота»

Двое участников игры стоят друг напротив друга. Соединив руки поднимают их вверх, изображая ворота. Остальные, держась за руки, делают сомкнутый круг, и движутся под воротцами под стихотворение. После окончания последней строчки, ворота опускаются. Кто попался, тот меняется с одним из участников, державшим ворота.

3. «По дубочку постучишь»

Все идут по кругу взявшись за руки, в центре водящий. Он изображает чижику.

После окончания слов «себе пару выбирай» каждый и водящий должны быстро найти себе пару.

4. «лавата»

Все стоят лицом в круг. Педагог произносит следующие слова: «у меня руки хороши», а у соседа лучше. Далее взявшись за руки дети движутся по кругу и поют песню. Во время всей игры педагог называет разные части тела.

Основы ПДД «Я и моя семья –пешеходы»-1 час.

Тема 8 – 10 часов. Партерная гимнастика.

Теория – 1 час. Объяснение и показ выполнения упражнения.

Практика – 9 часов.

Упражнения на полу: движения стоп, наклоны в сторону с широко расставленными ногами, наклоны всем корпусом, складка, бабочка.

Упражнения на развитие гибкости и силы: мостик, березка, березка наклонилась, корзиночка, кошечка, ёжик, змея, лягушка, тюлень, лодочка, птичка, рыбка.

Партерные игровые композиций: Сидело два медведя (дети, широко расставив ноги, вслед за педагогом повторяют песенный текст с сочетанием определенных движений.)

Упражнения на расслабление мышц: дети неожиданно вскакивают на полупальцы, вытягивают руки вверх и напрягают все мышцы. Затем последовательно расслабляют – пальцы рук, запястья, локти, полностью руки, плечи, голову, верхнюю часть грудного отдела, поясничный отдел, колени ног и все тело полностью. В конце дети должны полностью лечь. Педагог проверяет расслабленность поднятием рук и ног.

Тема 9 - 6 часов. Закрепление и повторение пройденного материала. Концертный показ. Аттестационные выступления.

Теория -1 час. План выступления, концерта, прогона.

Практика -5 часов.

Многочисленное повторение по всем основным блокам и темам (выработка динамического стереотипа).

1. Итоговые показы, танцевальные представления,
2. Аттестационные выступления: медленный вальс, ча-ча-ча, полька.

Основы ПДД «Велосипедисты на дорогах».

IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Методическое обеспечение программы

Учитывая возрастные и психологические особенности обучающихся, для реализации программы используются различные **формы и методы обучения**: беседа, рассказ, показ, объяснение, использование КТС, большую часть занимают практические занятия, в том числе с элементами игры. Для более продуктивной подачи материала педагогом используются электронные ресурсы

4.2. Диагностическое обеспечение программы

Требования к уровню подготовки обучающихся.

В ходе изучения данной программы у обучающихся кроме получения умений и навыков идет освоение предметной компетенции, а также формирование умений участвовать в коллективной деятельности.

Для более продуктивного освоения программы педагог использует следующие педагогические технологии:

- Технология коллективной творческой деятельности, автор И.П. Иванов;
- Игровые технологии, авторы: Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин;
- Педагогика сотрудничества, авторы: Ш. Амонашвили, И.П. Волков;
- Личностно-ориентированная технология, авторы: И.С.Якиманская, Л.С. Выготский.
- Информационные технологии, авторы Громов Г.Р., Хантер Б.

Методы и приёмы обучения.

Методы и приёмы обучения, используемые в работе со школьниками, можно условно разделить: наглядные, словесные и практические.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы: образный показ педагога, эталоны образец – показ движения лучшим исполнителем, подражание образам окружающей действительности, наглядно – слуховой прием, демонстрация эмоционально – мимических навыков, использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приемов: рассказ, объяснение, инструкция, лекция, беседа, анализ и обсуждение, словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца, прием закрепления целостного танцевального движения – комбинации, прием словесной репрезентации образа хореографического движения.

Практический метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и словом: игровой приём, детское сотворчество, соревновательность, использование ассоциаций – образов, ассоциаций – метафоры, комплексные приемы обучения, выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений), сравнение и контрастная чередование движений и упражнений, приём пространственной ориентации, развития основных пластических линий, музыкальное сопровождение танца как методический прием, хореографическая импровизация, прием художественного перевоплощения.

Кроме того, в работе с младшими школьниками очень эффективен и психолого – педагогический метод: прием педагогического наблюдения, прием индивидуального, дифференцированного подхода к каждому ребёнку, прием контрастного чередования психо-физических нагрузок и восстановительного отдыха, педагогическая оценка исполнения ребёнком танцевальных упражнений.

С точки зрения возрастных психофизиологических особенностей детей, типологические особенности каждого ребёнка в группе обучения носят наглядно действенный характер с преобладанием наглядных и практических методов.

Обучение танцу носит не только наглядно действенный, но и исследовательский характер – вкрапления абстрактных методов – слово, а на втором этапе происходит ещё более яркий интенсивный процесс рефлексорного усиления роли словом и словесными образами, а также осознанностью действий через слово. На этом возрастном этапе роль словесных приемов обучения танцам повышается. Они опираются на сознание детей (упражнения выполняет лучше и быстрее тот, кто слушает внимательнее, или более собран внутренне и так далее).

4.3.Формы аттестации:

Отслеживание результатов реализации программы проходит в три этапа: промежуточный и итоговый.

Промежуточный контроль включают в себя демонстрация материала по программе.

Итоговый контроль: предусматривает проведение аттестации в форме показа исполнения изученных танцев.

В течение года проводится педагогическое наблюдение за каждым обучающимся, которое фиксируется в диагностической карте (приложение №1)

В результате освоения программы обучающиеся:

должны знать:

- историю развития, терминологию, выразительные средства, ритмическую основу бальных танцев;
- особенности музыкального сопровождения, основные положения, позиций и элементы бальных танцев;
- танцевальный репертуар, основные направления развития бальных танцев.

должны уметь:

- слушать и понимать образный язык музыки;
- разбираться в основных формах и выразительных средствах танца;
- легко, непринужденно, точно, красиво, пластично и согласованно двигаться в ритме определенной музыки;
- владеть своим телом, выражать свое настроение, эмоций, внутренне состояние языком бального танца;
- передавать характер танца, стиль, образное содержание музыки.

должны иметь навыки:

- исполнение предусмотренных программой;
- зрительной и двигательной чувствительности, быстрой реакций;
- технического освоения элементов танца.

4.4.Оборудование кабинета

Реализация программы предполагает наличие материально-технической базы, соответствующей действующим санитарным и противопожарным нормам, обеспечивающей проведение всех видов практических занятий и практического обучения, предусмотренных учебным планом.

Для реализации программы используется:

- танцевальный зал 56 кв.м, оборудованный зеркалами, станками;
- ноутбук;
- аппаратура для воспроизведения музыки и просмотра записей;
- концертная аппаратура для проведения открытых уроков, аттестации
- спортивные коврики;
- спортивный инвентарь для проведения физминуток;
- раздевалка для переодевания.

V. Список используемой литературы

Литература, используемая педагогом:

- 1.Агеев М. Н. От потешек к танцу. Образовательно-методическая программа «век информации» 2016
- 2.Алекс Мур. Техника Бальных танцев. Имперское общество учителей танцев. Ibsd/ London.
3. Гусев С.И. Детские бытовые массовые танцы. [Текст]-М., 1985.
4. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. [Текст]– Ростов н/Д: «Феникс», 2004.
5. Лиф И.В. Ритмика. [Текст]- М., Академия , 1999.
6. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. [Текст]- М., С-П., 1993.
7. Немов Р.С. Общая психология: Учебная деятельность студии образовательных учреждений среднего профессионального образования. [Текст]-М., Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.
- 8.Современный бальный танец. Под редакцией В.М.Стриганова и В.И.Уральской. [Текст]- М., Просвещение 1978.
- 9.Строганов В.Н. Современный бальный танец. [Текст]- М., 1975.
- 10.Уолтер Лэрд. Техника Латиноамериканских танцев. Часть 2. Артис 2003.
- 11.Уральская В. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. [Текст]- М., 1973.
- 12.Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. Москва 2008

Для обучающихся:

1. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. – [Текст]-М., 1973.
2. Гринберг Е.Я. Растем красивыми. [Текст]- Новосибирск, 1992.
3. Земская И. Свет мой, зеркало, скажи. [Текст]- Новосибирск, 1984.
4. История костюма. [Текст]-М., Искусство, 1996.

Интернет ресурсы: 1. Бальный танец в становлении личности: история и современность [Электронный ресурс]. – Режим доступа.

(http://knowledge.allbest.ru/culture/2c0a65625a2ad78a4d53a88521216d37_1.html)

2. Все для хореографов и танцоров [Электронный ресурс]. – Режим доступа.-
<http://www.horeograf.com/>
3. Выбор.SU - общероссийский интернет-портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа.-
http://www.vybor.su/author/2007-06-07_courage.htm
4. Гендерные отличия спортсменов подросткового возраста в бальных танцах [Электронный ресурс]. – Режим доступа. -
(<http://www.informio.ru/publications/id736/Gendernye-otlichijasportsmenov-podrostkovogo-vozrasta-v-balnyh-tancah>)
5. Методы обучения бальным танцам [Электронный ресурс]. – Режим доступа.-
(<http://book-science.ru/humanities/perfarts/metody-obuchenijabal-ny-m-tancam.html?page=5>)
6. Содержание программы «Музыка с мамой» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. -
<http://www.mama-music.ru/list.html>
7. Федерация Танцевального Спорта и Акробатического рокнролла России [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- <http://www.vftsarr.ru/data.php>
8. Философия и этика бальных танцев. [Электронный ресурс]. – Режим доступа. -
<http://dnevnik.ykt.ru/maverick/437744>

**Диагностическая карта
развития личности обучающегося, уровня его самоопределения**

Творческое объединение Бальные танцы (начинающие)

Уровень, год обучения: _____

Педагог _____

№ п/п	ФИ обучающегося	Обучение: знание и умение			Отношени е к делу			Отношени е к товарища м			Отношение к себе.		
		Уровни в баллах											
		0-1	2-3	4-5	0-1	2-3	4-5	0-1	2-3	4-5	0-1	2-3	4-5
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													
16.													

Первое полугодие: дата _____

Подпись педагога _____ / _____

Второе полугодие: дата _____

Подпись педагога _____ / _____

Утверждаю:
 Директор МБУДОДШИ им. Е.Д.Поленовой (г.Хотьково)

 Е.М.Вороная
 «_____» _____

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
 Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Бальные танцы (начинающие)
 Педагог дополнительного образования **Лазарев Е.В.**
 _____ учебный год

№ п/п	Число /месяц	Время занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1			групповая	1	Тема №1. Вводное занятие. Правила поведения в учреждении. Техника безопасности. Введение в образовательный процесс. «Радостные поклоны». Вариации поклонов. Ритмическая мозаика Хореографические понятия и термины. Изучение движений.	ДШИ	Педагогическое наблюдение, выступление для родителей
					Основы ПДД. Введение. « <i>Пешеход – кто это?</i> »		
2			групповая	1	Вариации поклонов. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика.		
3			групповая	1	Танцевальные композиции и образы. Разминка – изучение движений. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры.		
4			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Хореографические понятия и термины		
5			групповая	1	Танцевальные композиции и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры.		
6			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Хореографические понятия и термины		
7			групповая	1	Танцевальные композиции и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
8			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Хореографические понятия и термины		
9			групповая	1	Танцевальные композиции и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
10			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Хореографические понятия и термины		
11			групповая	1	Танцевальные композиции и образы. Разминка – изучение движений. Медленный		

					вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры
12			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Хореографические понятия и термины
13			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька. Хореографические понятия и термины
					Основы ПДД. «Кто есть кто на дороге?»
14			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Хореографические понятия и термины
15			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька. Слушаем музыку и фантазируем.
16			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька
17			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры
18			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Хореографические понятия и термины
19			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры
20			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька
21			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька.
					Основы ПДД «Дорожные знаки»
22			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Закрепление и повторение пройденного материала.
23			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры
24			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька
25			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры
26			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед
27			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька.
28			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Закрепление и повторение пройденного материала.
29			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Ча-ча-ча. Тайм

					степ. Слушаем музыку и фантазируем		
					Основы ПДД «Я пассажир автомобиля»		
30			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
31			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
32			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Ча-ча-ча. Тайм степ.		
33			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Ча-ча-ча. Тайм степ.		
34			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Хореографические понятия и термины		
35			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
36			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
37			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
38			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
					Основы ПДД «Виды транспорта»		
39			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Слушаем музыку и фантазируем		
40			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Ча-ча-ча. Тайм степ. Хореографические понятия и термины		
41			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Ча-ча-ча. Тайм степ.		
42			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
43			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Ча-ча-ча. Тайм степ.		
44			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
45			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
46			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
47			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный		

					вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
					Основы ПДД «Я и моя семья - пешеходы»		
48			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
49			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Закрепление и повторение пройденного материала.		
50			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
51			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
52			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Ча-ча-ча. Хореографические понятия и термины		
53			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька. Ча-ча-ча		
54			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Закрепление и повторение пройденного материала.		
55			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька. Ча-ча-ча. Слушаем музыку и фантазируем.		
56			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед		
57			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Аттестация по программе трёх танцев.		
58			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Хореографические понятия и термины		
59			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
60			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Концертный показ.		
61			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
62			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Ча-ча-ча		
63			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька. Ча-ча-ча. Слушаем музыку и фантазируем.		
64			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Ча-ча-ча. Хореографические понятия и термины		
65			групповая	0.5	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		

				0.5	Основы ПДД «Велосипедисты на дорогах»		
66			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Концертный показ. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Ча-ча-ча		
67			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры. Полька. Ча-ча-ча		
68			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Медленный вальс – перемена вперед. Полька. Ча-ча-ча		
69			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Аттестация по программе трёх танцев.		
70			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Игры.		
71			групповая	1	Танцевальные композиций и образы. Разминка – изучение движений. Медленный вальс-перемена. Изучение пространственных рисунков и фигур. Игры		
72			групповая	1	Основы метроритмических движений. Ритмическая мозаика. Изучение движений. Партерная гимнастика. Игры.		

Педагог _____ Лазарев Е.В.

