

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
Центр детского творчества «Ступеньки» ЯМР

Согласовано:  
Методический совет  
От «27» марта 2022г.  
Протокол № 3

Утверждаю:

Директор МУДО ЦДТ «Ступеньки» ЯМР  
 Н.А. Михайлова /ФИО/

Приказ № 21 от «30» марта 2022г.

Принято на заседании педагогического  
совета

Протокол № 3 от «19» марта 2022г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Художественной направленности**

**«Ритм+»**

Возраст обучающихся: 11 - 17 лет  
Срок реализации программы: 3 года

**Автор-составитель:**  
**Якимович Оксана Васильевна,**  
педагог дополнительного образования

р. п. Красные Ткачи  
2022 год

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Танец-это полевой цветок. Его создала природа. Где есть соответствующая почва, там он рождается, там он расцветает».

(М.Фокин)

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

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, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа».

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Речь может идти о своеобразной хореотерапии – методе, разработанном и апробированном в последние годы.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различий эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Массовое эстетическое воспитание обучающихся в системе дополнительного образования требует иного, нового подхода к учебным программам, методикам обучения, которые должны быть рассчитаны на иной контингент и иной результат, нежели в детском самодеятельном хореографическом коллективе. Основой занятий в творческом объединении является программа, которая предусматривает систематическое и последовательное обучение, развитие и эстетическое воспитание обучающихся.

Руководитель, придерживаясь программы, может творчески подходить как к проведению занятий, так и к постановочной работе, учитывая возможности детей, руководствуясь целью гармоничного развития личности ребенка.

Программа предусматривает несколько разделов:

- азбука музыкального движения;
- элементы классического танца;
- элементы историко-бытовых танцев;
- элементы современного танца;
- репетиционная работа, постановка танцевальных номеров.

В азбуку музыкального движения включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения для развития ритма у детей.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы ног и спины, способствуют развитию координации движений.

Третий раздел состоит из элементов исторических танцев, способствует развитию танцевальности, музыкальности, чувства позы, знакомит обучающихся со стилями и манерами различных эпох.

В четвертый раздел входят элементы современного танца, его история и разновидности. Современный танец способствует развитию неординарного и абстрактного мышления, пластичности и гибкости.

Заключительный раздел – репетиционная и постановочная работа. Он пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и имеет целью идейно-эстетическое и патриотическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей ребенка, углубление понимания содержательности танцевального образа. В ходе постановочной работы, на репетициях развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

В процессе постоянной практики дети сами понимают, что хореография – это содержательное искусство, требующее умения, техники, выразительности. И задача педагога – заметить талантливых детей, помочь их самовыражению в танце.

Программа «Ритм +» рассчитана на 3 года обучения для детей в возрасте 11-17 лет (при наличии справки о состоянии здоровья от врача), имеющих хореографические данные и проявляющих интерес к искусству хореографии.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм+» относится к художественной направленности, предусматривает как

общее начальное хореографическое образование, так и индивидуальное обучение детей, составлена на основе программы по хореографии Иващенко О.Н., педагога дополнительного образования Помарской СОШ, Волжского района.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:** Создать оптимальные организационно-педагогические условия для физического, эстетического развития ребенка средствами танца.

#### **ЗАДАЧИ:**

1. Способствовать эстетическому воспитанию детей средствами народного фольклора через культуру общения, познания обычаев и традиций.
2. Содействовать раскрытию потенциала личности средствами танцевальной деятельности для дальнейшего самоопределения.
3. Сформировать у детей музыкально-ритмические навыки.
4. Сформировать навыки правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии.
5. Научить детей свободному выразительному движению, передающему характер и настроение музыки в танце.
6. Отмечать в движении метр, метрическую пульсацию и простейший ритмический рисунок (2/4, 3/4, 4/4.) в хлопках, притопах.
7. Менять движения в соответствии с 2-х, 3-х частной формой и музыкальными фразами.
8. Формировать качества, способствующие самоутверждению личности: самостоятельности и самовыражения.

#### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

К концу года дети должны:

*1 год* – знать и уметь:

- проявлять актерское мастерство в исполнении хореографических номеров,
- знать о средствах выразительности исполнения танцевальных движений и развивать в себе привычку пользоваться им,
- знать основные элементы румынского, итальянского, осетинского танцев.

*2 год* – знать и уметь:

- основные элементы болгарского, таджикского, узбекского танцев,
- четко, свободно и непринужденно исполнять танцевальные номера, как на расширенном, так и на ограниченном пространстве,
- составлять комбинации движений у станка.

*3 год* – знать и уметь:

- самостоятельно разрабатывать танцевальные этюды,
- исполнять импровизированный танец.

#### **ФОРМЫ КОНТРОЛЯ**

За период обучения учащиеся получают определенный объем знаний и умений, качество которых проверяется ежегодно. Для этой цели проводится начальный контроль, где педагог в начале учебного года присматривается к учащимся, выделяя для себя наиболее способных. В течение учебного года проводится и промежуточный контроль – сдача зачетов (результаты фиксируются в индивидуальных тетрадях обучающихся) – см. приложение №2, открытые занятия, показательные концерты.

Желание обучающихся заниматься в творческом объединении «Ритм» выявляется с помощью анкетирования (см. приложение №3)

В конце учебного года в творческом объединении проводится отчетный концерт учащихся.

Лучшие номера отбираются для участия в ежегодном отчетном празднике ЦДТ «Ступеньки», а также для участия в конкурсах различного уровня.

## 2. Учебно-тематический план

Количество часов по годам обучения

Виды деятельности	1г		2г		3г	
	теор.	пр.	теор.	пр.	теор.	пр.
1.Классический танец	6	20	6	20	6	20
2.Изучение танцев	6	20	6	20	6	20
3.Аэробика	5	10	5	10	5	10
4.Гимнастика	7	20	7	20	7	20
5.Индивидуальная работа	5	20	5	20	5	20
6.Контрольные занятия	0	15	0	15	0	15
7.Культурно-досуговые мероприятия	10		10		10	
Всего:	29/115		29/115		29/115	
Итого:	144		144		144	

## 3. Содержание изучаемого курса

### Классический танец:

#### *Первый год*

- 1.Анлер.
- 2.Маленкое адажио.
- 3.Плие, тандю, жете на середине зала.
- 4.Па ассамбле.
- 5.Заноски.
- 6.Па глиссард (вперед, в сторону).

#### *Второй год:*

- Середина зала –
- 1.Фондю.

- 2.Фропе.
- 3.Пти батман.
- 4.Девлёпе.
- 5.Гранд батман.

Прыжки:

- Гранд ешапе.
- Падебаск (вперед, назад).
- Большое адажио.

*Третий год:*

Середина зала –

1.Ронд де жамб партер.

2.Анлер.

-Прыжки:

- Антрешекатор.
- Роаяль.

Большое адажио.

### **Изучение танцев:**

*Первый год:*

- Румынский танец,
- Италия «Тарантелла»,
- Осетинский танец «Симд»,
- Вальс цветов.

*Второй год:*

- Таджикский танец,
- Узбекский танец,
- Болгарский танец,
- Аджария.
- Танец с гимнастическими лентами.

*Третий год:*

- Россия «Ложки»,
- Россия – хоровод московской области.
- Испанский танец,
- Цыганский танец,
- Венгерский танец,
- Египетский танец.

### **Аэробика:**

Данный комплекс рассчитан на 6 лет. В каждом последующем году обучения изменяется темп, нагрузка и музыкальное сопровождение.

### *Комплекс по аэробике.*

Подготовительная часть.

1. Поклон.
2. Танцевальная разминка (разогрев).

Основная часть.

1. Упражнения на плечевой пояс.
2. Упражнения на бицепсы.
3. Упражнения на трицепсы.
4. Упражнения на укрепление мышц спины.
5. Упражнения на пресс:
  - а) верхний,
  - б) нижний,
  - в) боковой.
6. Упражнения на ягодицы.
7. Упражнения на бедра:
  - а) на внутреннюю часть бедра,
  - б) на квадрицепс,
  - в) на внешнюю часть бедра,
  - г) на заднюю часть бедер.
8. Упражнения на дыхание.

### **ПАРТЕР:**

1. Упражнения для укрепления мышц пресса.
2. Упражнения для укрепления мышц ног.
3. Упражнения для укрепления мышц спины.
4. Упражнения для укрепления мышц рук (гантели).

### **Растяжки:**

1. Шпагат:
  - а) правая нога,
  - б) левая нога,
  - в) веревочка.
2. Выворотность:
  - а) «Лягушка»,
  - б) «Бабочка»,
  - в) «Кукушка»,
  - г) «Привет солнышку».
3. Гибкость:
  - а) «Лодочка»,
  - б) «Корзиночка»,
  - в) «Крокодил»,
  - г) «Мостик»,
  - д) «Паук».

## **Середина зала:**

1. Ходьба,
2. Бег,
3. Галоп,
4. Прыжки,
5. Подскоки
6. Ходьба.

Заключительная часть.

1. Упражнения на дыхание.
2. Упражнения на расслабление.
3. Поклон.

## **Гимнастика:**

Гимнастика проводится для общего развития детей, для того, чтобы они были гибкими, пластичными. В этом разделе проверяются растяжки, гибкость суставов и другие возможности детей. Все последующие виды упражнений рассчитаны на 6 лет обучения.

- Колесо,
- Шпагаты,
- Мостик,
- Кувырки,
- Равновесие,
- Сальто,
- Стойка на руках,
- «Березка»,
- Прыжок «разножка»,
- Прыжок «Кольцо»,
- Парные трюки,
- Групповые трюки.

В каждом последующем году обучения изменяется темп, нагрузка и музыкальное сопровождение.

## **Индивидуальная работа:**

В творческом объединении для детей предусмотрены часы индивидуальной подготовки с целью повышения уровня их хореографического образования.

Задачи такой работы:

- выработать в процессе индивидуального обучения специальной системы хореографической подготовки в зависимости от способностей данного ребёнка, формировать творческий потенциал детей,
- подготовка для участия в конкурсах и фестивалях хореографического искусства.

Для решения поставленных задач работа с детьми ведётся по двум основным направлениям: техники танца, постановочная работа.

Техника танца даётся на базе классической школы. Постановка танца является итогом работы на определённом этапе.

В процессе создания танцевальной композиции учитываются индивидуальные особенности и склонности ребёнка. Этим определяется выбор музыкального произведения для будущей композиции. При постановке танца учитывается также способность обучающегося выполнять те или иные сложные танцевальные элементы. Завершающий этап – участие в концертах.

### **Культурно-досуговые мероприятия:**

Культурно- досуговые мероприятия в творческом объединении проводятся в форме викторин, «огоньков», экскурсий, посещения театров, музеев, цирковых и концертных программ. Участие самих обучающихся в концертной деятельности различного уровня и для разных возрастных категорий зрителей.

## **4.Обеспечение программы**

## 4.1. материально- техническое обеспечение

Необходимое оборудование и материалы для реализации программы:

- \*просторное светлое помещение, лучше зал;
- \*станки;
- \*зеркальная стена;
- \*музыкальный инструмент для аккомпониатора;
- \*музыкальный центр или магнитофон;
- \*аудио кассеты или CD;
- \*форма для занятий ( девочки: гимнастический купальник, балетки, трико, короткая юбка полусолнце; мальчики: трико, футболка, балетки).

## 4.2. Методическое обеспечение

Во всех разделах обучаемого курса используются:

- 1.Метод практико-ориентированной деятельности –
  - упражнения,
  - тренинг,
  - тренировка,
  - репетиция.
- 2.Словестный метод обучения –
  - объяснение,
  - беседа (обсуждение видеоматериала, хореографических элементов, концертной деятельности),
- 3.Графические работы –
  - составление чертежей, схем (рисунок танца).
- 4.Метод наблюдения с последующей фиксацией увиденного -
  - зарисовка (рисунок танца с видеоматериала, эскизы танцевальных костюмов и т.п.)
  - фото и видеосъемка,
- 5.Методы программированного обучения –
  - самостоятельное изучение определенной части учебного материала из специальных литературных источников,
- 6.Проектные и проектно-конструкторские методы:
  - разработка постановки танцев для спектаклей, праздников.
- 7.Метод игры –
  - игры: развивающие, познавательные, подвижные, народные, ролевые,
- 8.Наглядный метод обучения –
  - наглядные материалы: рисунки, иллюстрации (костюмов, бытовых предметов и т.п.)
  - видеоматериалы (фильмы, концерты и т.п.),
  - схемы (танцевальные композиции).
- 9.Проведение занятий с использованием средств искусства –
  - литература,
  - музыка,
  - пантомима,

- театр,
- кино.

## **5.Формы аттестации и оценочные материалы**

В течение занятий ведется наблюдение за действиями каждого ребенка, за проявлениями индивидуальных особенностей, творческих способностей и коммуникативных навыков. Результаты наблюдений фиксируются в таблицах (см. приложение №№,4,5).

В результате обучения по данному тематическому циклу можно сделать вероятностный вывод о:

- наличия у детей способностей к хореографическому творчеству,
- развитию психических процессов (памяти, мышления, воображения, внимания),
- развитию моторики рук, ног, головы, корпуса,
- об умении концентрировать усилия на достижение результатов,
- развитию способности к самореализации, собственных идей и замыслов.

## **6. Информационные источники**

- 1.Базарова Н. Азбука классического танца. – М.: Искусство.1983.
- 2.Блок Л. Классический танец: история и современность. – М.: Искусство. 1987.
- 3.Ваганова А. Основы классического танца. – М.: Искусство. 1980.
- 4.Г.П.Гусев. Методика преподавания народного танца. – М.: ВЛАДОС. 2004.
- 5.Г.П.Гусев. методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М.: ВЛАДОС. 2002.
- 6.Дени Г, Дасвиль Л. Все танцы. – Киев.: Музична Украина.1983.
- 7.Н.И.Заикин, Н.А.Заикина. областные особенности русского народного танца. – Орел. 2004.
- 8.Захаров Р. Радуга русского танца. - М, Советская россия,1986.
- 9.Захаров Р.Сочинение танца. – М.: Искусство. 1983.
- 10.Мессерер А. Танец. Мысль. Время. – М.: Искусство. 1990.
- 11.Никитин В. Модерн - джаз танец. – М.: Начало обучения. 1998.
- 12.Основы русского народного танца. – М.: МГУКИ. 1994.
- 13.Т.В. Пуртова, А.Н.Беликова, О.В.Кветная. Учите детей танцевать. – М.: ВЛАДОС. 2004.
- 14.Секрет танца. -ТОО “Диамант”, ООО “Золотой век”.1997.

Приложение 1

Структура занятия:

1 часть – подготовительная.

1.1.Вход детей в зал под марш. Выстраивание по росту: от маленьких к большим.

1.2.Построение детей в несколько линий (в зависимости от размера зала и численности группы)

1.3.Поклон педагогу, концертмейстеру.

1.4.Разминка (для головы, плеч, рук, корпуса, ног)

2-я часть – основная.

2.1.Изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки.

2.2.Работа над этюдами, танцами.

3-я часть – заключительная.

3.1.Закрепление музыкально-ритмического материала в игре.

3.2.Музыкально-танцевальные импровизации.

3.3.Основное построение для выхода из зала.

3.4.Поклон педагогу и концертмейстеру.

3.5.Выход из танцевального зала под музыку.

Приложение 2

**ОТСЛЕЖИВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ВЫПОЛНЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЛЯ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ КОМПОЗИЦИЙ.**

Название танца/	Составляющие танцевальные элементы				
	Основные положения рук, ног	Основные движения танца	Танцевальный шаг	Отображение характера танца	Взаимодействие с другими участниками танца
Фамилия, имя ребенка					

Проверка в течение исполнения учащимися каждого танцевального номера.

Приложение 3

КАРТА АТТЕСТАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ ТВОРЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «РИТМ»

Классический танец.

№	Фино	плие	тандю	жете	ронд	фондю	девлепе	Гранд батман	Мал одажио

Мониторинг проводится: 3 раза в год в сроки, устанавливаемой администрацией ЦДТ «Ступеньки».





Календарно-учебный график занятий  
старшей группы, по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Ритм +».

№	Дата проведения	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля	Место проведения
1.	02.09	классический танец	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
2.	07.09	Гимнастика в партере	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
3.	09.09	Вальс, основные положения рук, растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
4.	14.09	Репетиционные (индивидуальные, групповые, подгрупповые)	Разминка, индивидуальная работа, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
5.	16.09	Основные положения ног, растяжки, прыжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
6.	21.09	Классический танец	Разминка, основная часть занятия по теме,	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ

			заключительная часть (релаксация, поклон).			
7.	23.09	Классический танец	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
8.	28.09	Аэробика	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
9.	30.09	Репетиционные (индивидуальные, групповые, подгрупповые)	Разминка, индивидуальная работа, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
10.	05.10	Растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
11.	07.10	Основные движения разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
12.	12.10	Основные движения	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
13.	14.10	Основные движения в	Разминка, основная	1,5	Устная оценка	ЦДТ

		паре	часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).		педагога	
14.	19.10	Вращения, растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
15.	21.10	Разводка экспозиции разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
16.	26.10	Гимнастика в партере	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
17.	28.10	Классический станок	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
18.	02.11	Повторение всего репертуара	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
19.	09.11	Разводка основной части разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
20.	11.11	Разводка основной	Разминка, основная	1,5	Устное обсуждение	ЦДТ

		части разучиваемого танца	часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).		(самоанализ, самооценка).	
21.	16.11	Вращения, растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
22.	18.11	Разводка разучиваемого номера полностью	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
23.	23.11	Классический станок	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
24.	25.11	Отработка разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Зачет по элементам танца	ЦДТ
25.	30.11	Разновидности быстрого эстрадного танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
26.	02.12	Повторение пройденных номеров	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
27.	07.12	Положения корпуса	Разминка, основная	2,5	Устная оценка	ЦДТ

			часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).		педагога	
28.	09.12	Классический станок	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
29.	14.12	Вращения, растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
30.	16.12	Основные шаги, ходы	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
31.	21.12	Основные движения разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
32.	23.12	Классический станок	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
33.	28.12	Растяжки в партере	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
34.	30.12	Разводка экспозиции	Разминка, основная	1,5	Устное обсуждение	ЦДТ

		разучиваемого танца	часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).		(самоанализ, самооценка).	
35.	11.01	Растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
36.	13.01	Разводка экспозиции и основной части разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
37.	18.01	Разводка всего разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
38.	20.01	Вращения, растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
39.	25.01	Повторение всего репертуара	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
40.	27.01	Классический танец	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
41.	01.02	Повторение всего	Разминка, основная	2,5	Устная оценка	ЦДТ

		репертуара	часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).		педагога	
42.	03.02	Вращения, растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
43.	08.02	Классический танец	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
44.	10.02	Разучивание военного танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
45.	15.02	Разучивание основной части разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
46.	17.02	Репетиция к 23 февраля	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
47.	22.02	Разучивание всего разучиваемого номера	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
48.	24.02	Растяжки	Разминка, основная	1,5	Устная оценка	ЦДТ

			часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).		педагога	
49.	29.02	Гимнастические элементы	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
50.	02.03	Растяжки в партере, прыжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
51.	07.03	Репетиция к 8 Марта	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
52.	09.03	Концерт к 8 Марта	Концерт	1,5	Концерт	ЦДТ
53.	14.03	Знакомство с мордовским танцем, основные положения рук, ног, положения корпуса	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
54.	16.03	Гимнастические элементы танцев	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
55.	21.03	Основные ходы мордовским танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ

			(релаксация, поклон).			
56.	23.03	Основные движения мордовского танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
57.	28.03	Разводка экспозиции разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
58.	30.03	Разводка основной части разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
59.	04.04	Разводка основной части разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
60.	06.04	Повторение пройденного репертуара	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
61.	11.04	Разводка всего разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
62.	13.04	Вращения, прыжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ

			(релаксация, поклон).			
63.	18.04	Репетиция в костюмах	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
64.	20.04	Классический танец	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
65.	25.04	Повторение всех номеров	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
66.	27.04	Занятие на пластику	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
67.	04.05	Классический танец	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
68.	08.05	Репетиция к 9 мая	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
69.	09.05	Концерт к 9 мая	Концерт	2	Концерт	П.Красные Ткачи
70.	11.05	Растяжки	Разминка, основная	1,5	Устное обсуждение	ЦДТ

			часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).		(самоанализ, самооценка).	
71.	16.05	Генеральная репетиция	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устное обсуждение (самоанализ, самооценка).	ЦДТ
72.	18.05	Отчетный праздник	Концерт	4	Концерт	ЦДТ
73.	23.05	Аэробика	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	2,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
74.	25.05	Вращения, прыжки	Разминка, основная часть занятия по теме, заключительная часть (релаксация, поклон).	1,5	Устная оценка педагога	ЦДТ
75.	30.05	Итоговое занятие	Чаепитие	2,5	Обсуждение	ЦДТ