

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ
ТАТАРСТАН**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»
Балтасинского муниципального района**

«Рассмотрена»
на заседании педагогического
совета ЦВР
протокол № 1
от «29» августа 2024г.



«Утверждаю»
Директор ЦВР
Д.Д.Нуриев
Приказ № 53
от «2» сентября 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ШОМА БАС»**

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 7-11 лет

Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор-составитель:

Гизатуллина Миляуша Рафиковна
педагог дополнительного образования

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы» Балтасинского района РТ
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шома бас»
3.	Направленность программы	Художественная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Гизатуллина Миляуша Рафиковна, педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2	Возраст учащихся	11-14 лет
5.3	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	Модифицированная дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая разноуровневая, групповая
5.4.	Цель программы	развитие творческих способностей, танцевальной культуры и эстетического восприятия обучающихся средствами хореографии
5.5.	Образовательные уровни (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	- Базовый уровень
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Основной формой организации деятельности детей по программе являются групповые занятия. Программой также предусмотрены тематические занятия, участие в массовых мероприятиях, праздники, индивидуальные консультации и

		беседы и т.д.
7.	Формы мониторинга результативности	- участие в районных конкурсах; - участие в муниципальных, республиканских и всероссийских конкурсах
8.	Результативность реализации программы	Оценкой достигнутого уровня является участие детей в конкурсах.
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	Обновлена 27.01.2025
10.	Рецензенты	

Оглавление

Пояснительная записка.....	5
Актуальность программы.....	6
Педагогическая целесообразность.....	7
Цель программы.....	8
Задачи программы.....	8
Планируемые результаты.....	9
Формы аттестации, контроля.....	10
Учебно-тематический план	11
Содержание учебного плана программы.....	13
Ожидаемые результаты.....	14
Материально-технические условия.....	14
Список литературы.....	15
Календарный учебный график программы.....	16

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Шома бас» разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями), (ред.29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» -статья 2 пункты 9, 10, 14; статья 10, пункт 7; статья 12 пункты 1, 2, 4, статья 23 пункты 3, 4; статья 28 пункт 2; статья 48 пункт 1; статья 75 пункты 1-5, статья 76;

2. План мероприятий на 2022-2024 годы (I этап) по реализации Концепции развития дополнительного образования детей (утвержден Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года N 678-р);

3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”);

4. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;

6. Концепция сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу (раздел I Плана мероприятий);

7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

9. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.);

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

11. Конвенция ООН о правах ребенка (Принята [резолюцией 44/25](#) Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года);

12. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

13. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ в новой редакции. / Сост. А.М.Зиновьев, Ю.Ю.Владимирова, Э.Г.Демина - Казань: РЦВР, 2023.- с.89.

14. Устав МБУДО «ЦВР».

15. Об утверждении Общих требований к определению нормативных затрат на оказание государственных (муниципальных) услуг в сфере образования, науки и молодежной политики, применяемых при расчете объема субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением» (утверждены 26.03.2021 № 209);

16. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

17. Приказ Минкультуры России от 12.03.2012 №158 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» и сроку обучения по этой программе»;

18. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУДО «ЦВР»

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам обучающихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних обучающихся): формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и

здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает обучающихся к творчеству. Приобщение детей к здоровому образу жизни, профилактика асоциального поведения, профилактика заболеваний, вызванных злоупотреблением алкогольной продукцией, согласно Концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года способствуют формированию мотивации к ведению здорового образа жизни, полезному проведению свободного времени и досуга, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья.

Программа востребована обучающимися и их родителями. Родители всегда с восторгом смотрят на своих детей во время концертных выступлений, переживают за них и конечно поддерживают. Им очень нравится наблюдать, как их дети развиваются не только музыкально, но и эстетически, и, что немало важно, с пользой проводят своё свободное время.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, эстетический вкус, нравственность, а также приобщение к физической культуре и здоровому образу жизни; усиление эмоциональной отзывчивости и творческой активности; знакомство с танцевальной культурой, развитие образного мышления и воображения.

Новизна программы «Шома бас» заключается в объединении как практических и теоретических основ изучения хореографии, так и различных направлений хореографии, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

Отличительная особенность программы

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что в ней использованы особые формы организации образовательного процесса: игра, групповая работа, импровизация. В процессе обучения значимое место уделяется методу интеграции, который позволяет соединить элементы различных предметов: музыки, театра, гимнастики, что способствовало рождению качественно новых практических знаний и умений.

Обучающиеся могут начать обучение по программе «Шома бас» согласно своему возрасту и при прохождении мониторинга знаний, умений и навыков.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шома бас» предназначена для детей в возрасте от 11 до 14 лет. Численность в группе до 15 человек.

Программа доступна для детей из многодетных и малообеспеченных семей, живущих в сельской местности и для детей, которые попали в трудную жизненную ситуацию, а также для одаренных детей и детей, проявляющих выдающиеся способности.

Объем программы

Объем данной программы составляет 144 часа.

Формы организации образовательного процесса

Занятия проходят в очной форме.

Основные формы занятий: тематические, комбинированные, репетиционные занятия, концерты, игровые занятия, конкурсы, мастер-классы, праздники, видео занятия.

Учебный процесс проводится с использованием различных видов занятий:

групповые, массовые.

Формы организации учебной деятельности: учебные и практические занятия проходят в группах.

Виды занятий

Виды занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия (теория + практика), контрольно-проверочные занятия.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Особенностями в организации и проведении занятий являются: партнерские отношения между педагогом и ребенком, отсутствие критики результатов творческого труда, игровая форма проведения занятия, благоприятный эмоционально-психологический климат на каждом занятии.

Режим занятий

Занятия проводятся 4 раза в неделю по 1 час.

Занятия проводятся по 45 минут в соответствии с нормами СанПин.

Уровень сложности программы.

Программа рассчитана на обучение обучающихся 11-14 лет на основе разноуровневого подхода в соответствии с содержанием программы.

1) Стартовый- основными задачами данного уровня являются: знакомство детей с миром танца, выявление и развитие танцевальных способностей детей, формирование интереса и мотивации детей к занятиям хореографией.

В ходе освоения данного уровня развивается интерес к предметному содержанию образовательного процесса, формируются ценностные ориентации, ярче проявляются его общие и специальные творческие способности, склонности к занятиям хореографией.

Цель программы: развитие творческих способностей, танцевальной культуры и эстетического восприятия обучающихся средствами хореографии.

Основные задачи программы:

Образовательные:

- Приобрести знания в области хореографического искусства, изучить историю танцевальной культуры.
- Освоить исполнительские навыки основ эстрадной, народной и современной хореографии;
- Изучить народные традиции и региональные особенности хореографической культуры народов мира.

Развивающие:

- Развить творческое мышление;
- Сформировать у обучающихся приемы самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля, самооценки и взаимооценки.
- Развить эмоционально-ценностный и коммуникативный опыт.
- Способствовать развитию толерантности общения, активной созидательной жизни, развитию культурного уровня детей.

Воспитательные:

- Сформировать общую культуру личности ребенка, способность адаптироваться в современном обществе;
- Воспитать у детей активность и самостоятельность общения;
- Воспитать умение контролировать свое поведение, рефлексию своих действий;
- Привить сценическую культуру и художественный вкус;
- Способствовать естественному преодолению всевозможных психофизиологических барьеров, формирование мотивации к ведению здорового образа жизни, полезному проведению свободного времени и досуга.

Планируемые результаты

Личностные результаты.

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению членов коллектива;
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта исполнения танцевальных движений;
- осознание значимости занятий танцами для личного развития;
- осознание ответственности за выбор здорового образа жизни.

Метапредметные результаты.

Регулятивные УУД:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха.

Познавательные УУД:

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности в подборе движений.

Коммуникативные УУД:

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение,
- проявлять инициативу и активность работать в группе,
- учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности,
- приходить к общему решению; формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты

- Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами;
- Передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;

- Самостоятельно начинать движения после музыкального вступления;
- Выполнять различные упражнения с зеркального показа;
- Синхронно выполнять движения в танце;
- Слышать и чувствовать музыку, оценить себя в танце и т.д.

Формы аттестации

Аттестация обучающихся проходит в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в ДДТ.

- **текущий контроль успеваемости** (проводится в середине учебного года)
- **цель:** диагностика качества личностных, метапредметных, предметных результатов за полугодие;
- **формы аттестации:** итоговые тестовые задания, концерты, фестивали и т.д.).
- **промежуточная аттестация**

цель: диагностика качества личностных, метапредметных, предметных результатов за год;

формы аттестации: итоговые тестовые задания, концерты, фестивали и т.д.).

- **итоговая аттестация**

цель: диагностика качества личностных, метапредметных, предметных результатов по всей программе.

формы аттестации: итоговые тестовые задания, концерты, фестивали и т.д.).

Формы контроля

- **Входной контроль** (проводится в начале учебного года)

цель: диагностика имеющихся знаний;

формы оценки: наблюдение, анкетирование, устный и письменный опрос, собеседование и др.;

- **текущий контроль** (проводится на каждом занятии)

цель: оценки качества усвоенного материала на каждом занятии;

формы оценки: тестовые, творческие задания, собеседования, наблюдение, опрос, карточки-задания, самостоятельная работа и др.;

- **тематический контроль** (проводится по окончании темы или модуля программы)

цель: оценка качества усвоения материала и выявление трудностей по темам изучаемого материала;

формы оценки: тестовые, творческие задания, собеседования, устный и письменный опрос и др.

Оценочные материалы:

В течение всего периода обучения ведётся диагностическая карта мониторинга результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы, портфолио обучающихся, достигших значимых результатов в конкурсном движении (см. приложение).

Целесообразность использования диагностического инструментария.

Диагностические методики (опросники, анкеты, тесты, творческие и практические задания, карточки- задания и др.), используемые педагогом соответствуют возрастным особенностям детей и позволяют оценить степень освоения программы и уровень достижения планируемых результатов.

Учебный (тематический) план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие	1	1	-	диагностика, наблюдение
2.	Влияние физических упражнений и занятий танцами на организм. Преимущества ведения здорового образа жизни. Занятия ритмикой.	27	4	23	отчетный концерт наблюдение
2.1	Упражнения с ритмическими движениями	3	1	2	
2.2	Танцевальные этюды	8	1	7	
2.3	Импровизация	8	1	7	
2.4	Танцевальная инсценировка	8	1	7	
3.	Гимнастика	48	5	43	отчетный концерт наблюдение
3.1	ОФП	10	1	9	
3.2	Растяжка	10	1	9	

3.3	Гибкость	10	1	9	
3.4	Упражнения для подвижности суставов	10	1	9	
3.5	Упражнения для подвижности позвоночника	8	1	7	
4.	Танцевальные композиции	56	4	52	отчетный концерт наблюдение
4.1	Танцевальные связки в определенных жанрах.	11	1	10	
4.2	Татарский танец	15	1	14	
4.3	Русский танец	15	1	14	
4.4	Белорусский танец	15	1	14	
5	Итоговая аттестация	12	-	12	отчетный концерт, мониторинг творческих способностей
Итого:		144	14	130	

Содержание программы

Вводное занятие (1 ч).

Влияние физических упражнений и занятий танцами на организм. Преимущества ведения здорового образа жизни. Ритмика (27 ч).

Физические упражнения и здоровый образ жизни - как залог здоровья человека. Профилактика употребления алкоголя и других дурманящих веществ. Пагубные действия алкоголя на организм. Ритмические движения как основа танца и тренировочных упражнений. Знакомство с техникой исполнения прыжка и меры безопасности при его исполнении. Объяснение правильного исполнения музыкально-ритмических игр и этюдов и их последовательность

Разучивание этюдов, обыгрывание танцевальных этюдов, импровизация, танцевальная инсценировка. Приобретение навыков актерского мастерства. Работа над образом.

Гимнастика (48 ч).

Гимнастика ОФП (общая физ. подготовка, растяжка и гибкость и т.п.). Техническое и грамотное исполнение комплекса ОФП. Тренировочные упражнения, ритмические движения как основа. Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. освоение навыков растягивания мышц бедра. освоение навыков ориентации в пространстве, умения координировать свое тело, внутренней собранности.

Формирование волевых навыков и трудолюбия. Освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы. Упражнения «Цепкие пальчики», «Карандаш», «Нарисуй кружок», «Тупой- острый». Игра «Возьми конфетку с пола».

Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для улучшения подвижности позвоночника. Упражнения, включающие максимальное сгибание туловища: «Кольцо», «Лягушка», «Корзинка», «Лодочка плывет», «Мост» из положения лежа.

Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Упражнения: «Веревочка», «Шпагат», «Оттяжка» в положении лежа, «Складка в шпагате». Подготовительные упражнения «Бабочка», «Полушпагаты». произвольное преодоление простых препятствий: беговые упражнения «Змейка», «Лужи», «Сугробы». Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам: упражнение «Болото»

Танцевальные композиции (56 ч).

Разучивание танцевальных связок в предлагаемом жанре. Освоение движений в связках и танцевальных комбинациях. Техническое и выразительное исполнение элементов. Приступая к изучению танца той или иной народности, необходимо ознакомить учащихся с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование музыкального искусства. Изучение татарского, русского, белорусского народных танцев

Подготовка к итоговому выступлению (12 ч). Освоение движений в связках и танцевальных комбинациях. Корректное и эмоциональное исполнение танцевальных связок. Владение виртуозным исполнительским мастерством.

Ожидаемые результаты

- знать единые требования о правилах поведения в хореографическом классе, и на сцене;

- знать требования к внешнему виду на занятиях;
- знать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- знать хореографические названия изученных элементов.;
- уметь воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- уметь координировать свои движения;
- уметь исполнять хореографический этюд в группе.

К концу второго года обучения обучающийся будет:

- знать музыкальную грамоту;
- знать хореографические названия вновь изученных элементов;
- знать историю возникновения и особенности танцев различных народов;
- знать основные элементы танцев различных народов;
- уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- уметь анализировать музыкальный материал;
- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы необходимы условия:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;
- танцевальный станок;
- зеркальная стена;
- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- музыкальная аппаратура;
- коврики;
- комплекты костюмов (в соответствии с тематикой постановки).

Список используемой литературы

1. Е.А. Грушко, Ю.М. Медведев - Русские легенды и предания. Иллюстрированная энциклопедия., М.: "Эксмо", 2004 - 208 стр.
2. Васильева Т.К. «Секрет танца» С-П Диамант 1997
3. Климов А. «Основы русского народного танца» М Искусство 1981
4. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.
5. Череховская Р. Танцевать могут все. – Мн., 1973.
6. <http://www.school.edu.ru/default.asp>
7. <http://www.edu.ru/>
8. <http://www.km.ru/>
9. <http://www.uroki.ru/>
10. <http://festival.1september.ru/>
11. <http://www.school-net.ru/>
12. <http://www.kidsworld.ru/>
13. <http://diarydance.com/>

Приложение

Календарный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол – во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Беседа	1	Вводное занятие «Давайте познакомимся!»		
2				Обучающая	1	Физические упражнения и здоровый образ жизни - как залог здоровья человека. Профилактика употребления алкоголя и других дурманящих веществ. Пагубные действия алкоголя на организм.		
3-4				Тренировочная	2	Ритмические движения как основа танца		
5				Обучающая	1	Тренировочные упражнения		Контрольное занятие
6				Тренировочная	1	Тренировочные упражнения с ритмическими движениями		Контр
7-8				Практическая	2	Тренировка в движениях		Контр
9				Практическая	1	Ритмические движения как основа танца и тренировочных упражнений		Контр
10				Практическая	1	Упражнения с ритмическими движениями		Контр
11-12				Обучающая	2	Гимнастика		
13				Тренировочная	1	Гимнастические упражнения		
14				Тренировочная	1	Ритм в движениях		
15-16				Тренировочная	2	Ритм в упражнениях		Контр
17				Тренировочная	1	Гимнастические движения		Контр
18				Тренировочная	1	Гимнастические движения в танцах		Контр
19-20				Тренировочная	2	Ритм в танцевальных движениях		Контр
21				Обучающая	1	Разучивание различных танцевальных элементов		
22				Обучающая	1	Танцевальные шаги		
23-24				Тренировочная	2	Танцевальные шаги в разных темпах		Контр

25				Беседы	1	Танцевальные элементы ОФП		Контр
26				Тренировочная	1	Танцевальные элементы на гибкость		Контр
27-28				Тренировочная	2	Танцевальные элементы на растяжку		Контр
29				Практическая	1	Гимнастика для общефизической подготовки		Практ
30				Практическая	1	Гимнастика для общефизической подготовки		Практ
31-32				Практическая	2	Гимнастика для растяжки		Практ
33				Практическая	1	Гимнастика для гибкости		Практ
34				Практическая	1	Гимнастические упражнения для физ подготовки		Практ
35-36				Практическая	2	Тренировка упражнений с гимнастическими элементами		Практ
37				Практическая	1	ОФП (общая физическая подготовка).		Практ
38				Практическая	1	Элементы современной хореографии.		Практ
39-40				Практическая	2	Изучение параллельных позиций ног; изучение положений рук и основных положений корпуса.		Практ
41				Практическая	1	Движение грудной клеткой – диафрагмой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание.		Практ
42				Практическая	1	Движение бедра: движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх.		Практ
43-44				Практическая	2	Движение бедра: вперед-назад, круги, подъем бедра вверх.		Практ
45				Практическая	1	Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов		Контр
46				Практическая	1	Постановка танца. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.		Контр
47-48				Практическая	2	Постановка танца. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.		Контр

49				Практич еская	1	Основные танцевальные точки.		Контр
50				Практич еская	1	Основные танцевальные шаги.		Контр
51- 52				Практич еская	2	Диагональ, середина.		Контр
53				Практич еская	1	Исполнение танцевальных этюдов на гибкость		Практ
54				Практич еская	1	Исполнение танцевальных этюдов на растяжку		Практ
55- 56				Практич еская	2	Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов		Практ
57				Обучаю щая	1	Хореографический текст (танцевальные движения)		Практ
58				Трениро вочная	1	Хореографический текст (жесты)		Практ
59- 60				Практич еская	2	Хореографический текст (позы)		Практ
61				Практич еская	1	Хореографический текст (ракурсы)		Практ
62				Практич еская	1	Логика развития танцевального рисунка и распределение его по сценической площадке.		Практ
63- 64				Практич еская	2	Логика развития танцевального рисунка и распределение его по сценической площадке.		Практ
65				Практич еская	1	Тренировочные упражнения, как основа танца.		Практ
66				Практич еская	1	Ритмические движения как основа танца.		Контр
67- 68				Трениро вочная	2	Тренировочные упражнения, ритмические движения как основа танца.		Контр
69				Практич еская	1	Разбор танца по записи.		Контр
70				Практич еская	1	Сочинение простого рисунка.		Контр
71- 72				Практич еская	2	Отработка отдельных элементов танца.		Контр
73				Практич еская	1	Отработка отдельных элементов танца.		Контр
74				Практич еская	1	Отработка отдельных элементов танца.		Контр
75- 76				Практич еская	2	Отработка отдельных элементов танца.		Контр
77				Практич еская	1	Изолированные движения отдельными частями тела.		Контр
78				обучаю щая	1	Комбинации широких шагов, наклонов. «Контактные» комбинации движений .		Контр
79- 80				Трениро вочная	2	Простые поддержки. Связки танцевальных элементов		Контр

81				Практич еская	1	Разучивание танцевальных связок в предлагаемом жанре.		Практ
82				Практич еская	1	Сольная импровизация движений.		Практ
83- 84				Практич еская	2	Сольная импровизация движений.		Практ
85				Практич еская	1	Разучивание танцевальных элементов, танцев. Шаги в разных темпах.		Практ
86				Практич еская	1	Парная синхронная импровизация движений.		Практ
87- 88				Практич еская	2	Групповая синхронная импровизация движений.		Практ
89				Практич еская	1	Парная и групповая синхронная импровизация движений.		Практ
90				Практич еская	1	Парная и групповая синхронная импровизация движений.		Практ
91- 92				Практич еская	2	Парная и групповая синхронная импровизация движений.		Практ
93				Практич еская	1	Разучивание танцев. Шаги в разных темпах.		Практ
94				Практич еская	1	Разучивание танцев. Шаги в разных темпах.		Практ
95				Практич еская	1	Разучивание танцев. Шаги в разных темпах.		Практ
96				Практич еская	1	Разучивание танцев. Шаги в разных темпах.		Практ
97- 98				Практич еская	2	Разучивание танцев. Шаги в разных темпах.		Практ
99				Практич еская	1	Техническое исполнение элементов.		Практ
100				Практич еская	1	Техническое исполнение элементов.		Практ
101				Практич еская	1	Выразительное исполнение элементов.		Практ
102				Практич еская	1	Выразительное исполнение элементов.		Практ
103- 104				Практич еская	2	Техническое и выразительное исполнение элементов		Практ
105				Практич еская	1	Техническое и выразительное исполнение элементов.		Практ
106				Практич еская	1	Техническое и выразительное исполнение элементов.		Практ контр
107- 108				Практич еская	2	Техническое и выразительное исполнение элементов.		Практ контр
109				Практич еская	1	Техническое и выразительное исполнение элементов.		Практ контр
110				Практич еская	1	Техническое и выразительное исполнение элементов.		Практ контр
111- 112				Практич еская	2	Техническое и выразительное исполнение элементов.		Практ контр

113				Практич еская	1	Формирование репертуара.		Практ контр
114				Практич еская	1	Формирование репертуара.		Практ контр
115- 116				Обучаю щая	2	Разучивание композиций в современном стиле		Практ контр
117				Трениро вочная	1	Разучивание композиций в современном стиле		Практ контр
118				Практич еская	1	Разучивание композиций в современном стиле		Практ контр
119- 120				Практич еская	2	Разучивание композиций в современном стиле		Практ контр
121				Практич еская	1	Разучивание композиций в современном стиле		Практ контр
122				Практич еская	1	Разучивание композиций в современном стиле		Практ контр
123- 124				Практич еская	2	Освоение движений в связках в современном жанре.		Практ контр
125				Практич еская	1	Освоение движений в связках в современном жанре.		Практ контр
126				Практич еская	1	Освоение движений в связках в современном жанре.		Практ контр
127- 128				Практич еская	2	Освоение танцевальных комбинациях в современном жанре.		Практ контр
129				Практич еская	1	Освоение танцевальных комбинациях в современном жанре.		Практ контр
130				Практич еская	1	Освоение танцевальных комбинациях в современном жанре.		Практ контр
131- 132				Практич еская	2	Освоение движений в связках и танцевальных комбинациях в современном жанре.		Практ контр
133				Практич еская	1	Корректное исполнение танцевальных связок		Практ контр
134				Практич еская	1	Корректное исполнение танцевальных связок		Практ контр
135- 136				Практич еская	2	Корректное исполнение танцевальных связок		Практ контр
137				Практич еская	1	Эмоциональное исполнение танцевальных связок		Практ контр
138				Практич еская	1	Эмоциональное исполнение танцевальных связок		Практ контр
139- 140				Практич еская	2	Эмоциональное исполнение танцевальных связок		Практ контр
141				Практич еская	1	Корректное и эмоциональное исполнение танцевальных связок		Практ контр
142				Практич еская	1	Корректное и эмоциональное исполнение танцевальных связок		Практ контр

143- 144				Практич еская	2	Итоговый урок		
-------------	--	--	--	------------------	---	---------------	--	--