

Принята

1

на Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 298»

Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА:
Заведующим МБДОУ
«Детский сад №298»
Приказ 62 от 31.08.2023 г.

_____ /Л.В. Дмитренко/

**Дополнительная образовательная
общеразвивающая программа
«Задорный каблучок»
Для детей 6-7 лет
Срок реализации – 1 учебный год**

**Составила:
Викулова Н.Ю.**

Нижний Новгород

Содержание.

1. Пояснительная записка
2. цели и задачи Программы
3. Предполагаемые результаты
4. Содержание Программы
5. Тематический план
6. Список используемой литературы

1. Пояснительная записка.

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество, вечер отдыха без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танец, еще не значит уметь исполнять его. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию и совершенству танца длинный и сложный, умение приходит не сразу. Помочь ребенку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность, призван хореограф в ДОУ.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ, определяется через выбор хореографического направления. Данная программа строится на обширном изучении русского народного танца, наиболее понятного и доступного детям дошкольникам.

Программа «Азбука танца» направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить малыша воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

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

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

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. На занятиях разучиваются различные

движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Программа «Задорный каблучок» рассчитана на четыре года обучения и рекомендуется для занятий детей с 3 до 7 лет. Занятия проводятся в старшей группе 2 раза в неделю по 25 минут, подготовительной группе 2 раза в неделю по 30 минут, в средней 2 раз в неделю по 20 минут, и в младшей группе 2 раза в неделю по 15 минут.

2.Цели и задачи Программы

Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи:

1. обучающая - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
2. развивающая – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
3. воспитывающая –воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в пар

3. Предполагаемые результаты

К концу 1-2 года обучения ребенок:

знает	имеет представление	умеет
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на	О танцевальном зале, об	- линия;

ориентировку в пространстве.	в	элементарных построениях и перестроениях.	- колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца.
Упражнения для разминки.			Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.		О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.			- позиции ног; - releve; - demi – plie; - sette; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.		О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.			- позиции ног; - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.		О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танец «Лето».

К концу 3 года обучения ребенок:

знает	имеет представление	умеет
Квадрат А.Я.Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О port de bras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные,	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).

танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).		
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положения рук в паре.	О работе партнеров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движения ног народного танца.	О русском народном танце. (мальчики) – о присядке.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять резкое и плавное приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Движения бального танца.	Об историко-бытовом танце.	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

К концу 4 года обучения ребенок:

знает	имеет представление	умеет
Элементы классического экзерсиса на середине.	О классическом танце.	- port de bras; - demi – plie; - battement tendu; - passé; - relleve.
Элементы народного танца.	О русском народном танце.	- поклон в русском характере; - различные виды шагов;

		- танцевальные движения; (мальчики): - присядку; - виды хлопков; - «гусиный шаг»; (девочки): - вращение на полупальцах.
Элементы балльных танцев.	О танцах: - «Полька»; - «Вальс»; - «Чарльстон».	Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальса» от «Полонеза» или «Польки» от «Чарльстона».
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения.

4. Содержание программы.

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э.- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Азбука танца».

5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность, в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды построенными на данных движениях.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

5. Тематический план.

Подготовительная группа.

(занятия 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<u>Классический танец:</u> 1. <i>Повтор 2 года обучения.</i> 2. <i>Движения рук:</i> - <i>port de bras.</i> 3. <i>Движения рук:</i> - <i>demi-plie ;</i> - <i>battement tendu;</i> - <i>passé;</i> - <i>relleve.</i>

	4. <i>Танцевальные комбинации.</i>
3.	<p><u>Народный танец:</u></p> <p>1. <i>Повтор 2 года обучения.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения рук:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). <p>3. <i>Движения ног:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - поклон в русском характере; - кадильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - боковое «припадание» по 3 поз.; - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону; - поочередное выбрасывание ног перд собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; <p><u>(девочки):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вращение на полупальцах; <p><u>(мальчики):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук; - скользящий хлопок по бедру, по голени; - одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг».

	<p>4. <i>Движения в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). <p>6. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «воротца»; - «карусель». <p>5. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
4.	<p><u>Бальный танец:</u></p> <p>1. <i>Повтор 2 года обучения.</i></p> <p>2. <i>Положения и движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <p><i>Вальс:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <p><i>Чарльстон:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основное движение – «чарльстона»; - двойной чарльстон; - чередование одинарного и двойного чарльстона; - чарльстон с точкой вперед, назад, с продвижением вперед, назад, с поворотом; - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны. <p>3. <i>Движения в паре:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). <p>4. <i>Танцевальные комбинации.</i></p>
5.	<p>Этюды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Русская плясовая»; - «Полька»; - «Чарльстон».
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 56 часов	

Календарно-тематический план.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА.

(занятия 2 раза в неделю)

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
октябрь	<p><u>Занятие 1.</u></p> <p><i>Повторение 2 года обучения.</i></p> <p>Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве, положения и движения рук)</p>	<p><u>Занятие 2-3.</u></p> <p><i>Повторение 2 года обучения.</i></p> <p>Классический танец (положения и движения ног).</p> <p><u>Занятие 4.</u></p> <p>(к.т.)</p> <p><i>Движения рук:</i></p> <p>- port de bras.</p>	<p><u>Занятие 5.</u></p> <p>(к.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- releve.</p> <p><u>Занятие 6.</u></p> <p>(к.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- demi – plie.</p>	<p><u>Занятие 7.</u></p> <p>(к.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- battement tendu.</p> <p><u>Занятие 8.</u></p> <p>(к.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- passé.</p>
ноябрь	<p><u>Занятие 9.</u></p> <p><i>Повторение 2 года обучения.</i></p> <p>Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре).</p> <p><u>Занятие 10.</u></p> <p><i>Повторение 2 года обучения.</i></p> <p>Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p>	<p><u>Занятие 11.</u></p> <p><i>Повторение 2 года обучения.</i></p> <p>Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).</p> <p><u>Занятие 12.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <p>- переводы рук из одного положения в другое.</p>	<p><u>Занятие 13.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- поклон в русском характере.</p> <p><u>Занятие 14.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- хороводный шаг.</p>	<p><u>Занятие 15.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- хороводный шаг с остановкой ноги сзади.</p> <p><u>Занятие 16.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.</p>
декабрь	<p><u>Занятие 17.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- переменный ход вперед, назад.</p> <p><u>Занятие 18.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <p>- скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»;</p> <p><u>(девочки):</u></p> <p>- взмахи платочком.</p>	<p><u>Занятие 19.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <p>- «воротца»;</p> <p>- «карусель».</p> <p><u>Занятие 20.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- боковое «припадание» по 3 позиции.</p>	<p><u>Занятие 21.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- «припадание» в повороте.</p> <p><u>Занятие 22.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Положения и движения рук:</i></p> <p>- скользящий хлопок по бедру, по голени.</p>	<p><u>Занятие 23.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i></p> <p><u>Занятие 24.</u></p> <p>(н.т.)</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).</i></p>

январь	<p><u>Занятие 25-26.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- кадрилиный шаг с каблука.</p>	<p><u>Занятие 27-28.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- шаркающий шаг (полупальцами по полу).</p>	<p><u>Занятие 29.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук).</p> <p><u>Занятие 30.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>«ковырялочка» с подскоком.</p>	<p><u>Занятие 31.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте.</p> <p><u>Занятие 32.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.</p>
февраль	<p><u>Занятие 33.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте.</p> <p><u>Занятие 34.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.</p>	<p><u>Занятие 35.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- подготовка к «веревочке».</p> <p><u>Занятие 36.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- «веревочка».</p>	<p><u>Занятие 37.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- прыжок с поджатыми;</p> <p>(мальчики):</p> <p>- присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком).</p> <p><u>Занятие 38.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>(мальчики):</p> <p>- присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»).</p> <p><i>Движения в паре:</i></p> <p>- соскок на две ноги лицом друг другу.</p>	<p><u>Занятие 39.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- пружинящий шаг под ручку по кругу;</p> <p>(мальчики):</p> <p>-присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу.</p> <p><u>Занятие 40.</u> (н.т.)</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>- пружинящий шаг под ручку в повороте;</p> <p>(мальчики):</p> <p>- присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.</p>
	<p><u>Занятие 41.</u> (н.т.)</p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <p>- «воротца».</p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p>(мальчики):</p> <p>- одинарные удары ладонями по</p>	<p><u>Занятие 43.</u> (н.т.)</p> <p><i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i></p> <p>- «карусель».</p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца</i></p>	<p><u>Занятие 45.</u> «Русская плясовая».</p> <p><u>Занятие 46.</u> «Русская плясовая».</p>	<p><u>Занятие 47.</u> <i>Повтор 2 года обучения.</i></p> <p>Бальный танец (движения ног, положения рук в паре, движения в паре).</p> <p><u>Занятие 48.</u></p>

март	<p>внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад.</p> <p><u>Занятие 42.</u></p> <p><u>(н.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><u>(девочки):</u></p> <p>- вращение на полупальцах;</p> <p><u>(мальчики):</u></p> <p>- «гусиный шаг».</p>	<p><i>(плясовая).</i></p> <p><u>Занятие 44.</u></p> <p><u>(н.т.)</u></p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца (плясовая).</i></p>		<p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- раг польки (по одному);</p> <p>- раг польки (по парам).</p>
апрель	<p><u>Занятие 49.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- «подскоки» (по одному, по парам);</p> <p>- «подскоки» в повороте.</p> <p><u>Занятие 50.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- раг польки в сочетании с «подскоками».</p>	<p><u>Занятие 51.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад).</p> <p><u>Занятие 52.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Полька:</i></p> <p>- прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.</p>	<p><u>Занятие 53.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i></p> <p><u>Занятие 54.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Полька»).</i></p>	<p><u>Занятие 55.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Вальс:</i></p> <p>- раг вальса (по одному, по парам).</p> <p><u>Занятие 56.</u></p> <p><u>(б.т.)</u></p> <p><i>Движения ног:</i></p> <p><i>Вальс:</i></p> <p>- раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).</p>

6. Список используемой литературы:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
3. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
5. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.
6. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.
7. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
8. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
9. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.