

**Раздел № 1.**

**«Комплекс основных характеристик программы»**

* 1. **Пояснительная записка**

Одним из направлений эстетического воспитания является хореографическое искусство. Хореография имеет огромное значение для эстетического и физического развития детей. Хореографическое искусство формирует потребность к творческой преобразовательной деятельности. Важно научить каждого ребенка не только понимать хореографический язык, но и пользоваться им для самовыражения.

На занятиях по хореографии происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания танцевального, физического и интеллектуального развития. Дети получают возможность самовыражения через танец, через изображение различных животных, растений подобно тому, как наши древние предки в ритуальных танцах выражали чувства, мысли, образы, и освобождались от страха. В танцевальном зале дети имеют возможность выражать и изображать задуманное, исходя из собственных впечатлений, отбрасывая сложившиеся стереотипы. Раскрепощение ДУШИ через движение ТЕЛА.

 Мы умиляемся, порой даже не подозревая, какое колоссальное значение имеет танец для правильного развития ребенка… детскими психологами установлено, что ранняя двигательная активность имеет непосредственное влияние на интеллектуальное созревание ребенка в процессе его развития. Через телесное восприятие происходит обучение и развитие мозга…

**Направленность программы *«Танцы для детей»***по содержанию является художественной; по функциональному предназначению – общеразвивающей; по форме организации – групповой; по времени реализации – двухгодичной.

**Новизна программы**состоит в том, что впервые предлагается материал по теме «Гимнастика чувств»; конкретизирован материал для детей 5-6 лет по таким темам, как: «Ритмика», «Азбука хореографии»; «Детские танцы» (танцы-игры).

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время молодые родители все чаще сталкиваются с термином «раннее развитие ребенка». Любой, пусть даже самый маленький, ребёнок, прежде всего творческая личность. Дети по своей природе очень восприимчивы, эмоциональны и впечатлительны. Но им обязательно нужно как-то выразить свои переживания, чувства и мысли. Каждый ребёнок по своему ищет пути самовыражения, вот тут главное – не заглушить, не «забить» эти наклонности в ребёнке, а постараться помочь ему.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется соответствием подобранных средств обучения для детей 5-6 лет (партерная гимнастика, двигательные задания и игры, элементы классического инародного танца, танцы-игры), которые способны вызвать положительные изменения в детях: развивается выворотность, гибкость, координация, ритмичность, артистичность и эмоциональная выразительности, формируются навыки общения в коллективе.

Содержание программы «Танцы для детей» разработано в соответствии с основными нормативными документами:

* Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 27.12.2012 г. № 273;
* Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* СанПиН 2.4.4. 3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. N 41);
* «Концепция развития дополнительного образования детей» Распоряжение правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р;
* Устав ДОУ МДС №9 «Золотой ключик».

**Возраст детей,** участвующих в реализации данной образовательной программы: от 5 до 6 лет. Нужно учитывать, что дети 5-6 лет не знают, как воспринимать музыку, как увязать с ней свои движения, отличающиеся резкостью, порывистостью, плохой координацией дивжения. Все это должен учитывать руководитель. В этом возрасте ребенок реагирует на все очень живо, он жаждет новой информации и воспринимает все на лету. Полученные им впечатления (в том числе музыкальные) остаются в памяти и становятся основой восприятия и познания окружающего мира. Это налагает на педагога огромную ответственность.У детей 5 лет появляется уверенная и твердая поступь, движения становятся наиболее осознанными. Все это дает возможность усложнять предлагаемые упражнения и приучать детей к самостоятельному выполнению заданий.

**Сроки реализации** образовательной программы 2 года в объёме 144 часа.

Данная программасостоит из следующих разделов: «Ритмика», «Азбука хореографии», «Детские танцы», «Гимнастика чувств». Материал в них расположен по степени сложности «от простого к более сложному». Педагог может выбрать из них те упражнения, которые соответствуют возрасту детей, их физическим возможностям, уровню ритмической подготовленности.

 Программа является дополнительным этапом к основной программе «Хореография для детей школьного возраста» для детей 6-18 лет, автор Баумбах Л.А.

**Формы занятий.**Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

 Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть должна обеспечить всех необходимых для работы материалов и иллюстраций. Теоретическая часть занятий при работе должна быть максимально компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете, знания. Для детей 5-6 лет теория не должна занимать более 5-10 минут от общего времени занятия, в противном случае у ребенка снижается интерес, он становится мене активным. С детьми данного возраста наиболее актуальными являются такие формы занятий как: занятие-игра, занятие-путешествие, занятие-конкурс, занятие-концерт и т.п.

**Режим занятий:**

1-й год – 72 часа (2 раза в неделю по 1 часу, продолжительность занятия – 30-35минут). Состав групп постоянный и одновозрастной.

2-й год – 72 часа (2 раза в неделюпо 1 часу, продолжительность занятия – 30-35минут).Состав групп постоянный и одновозрастной.

Наполняемость группы 16-24 человека одинакового уровня подготовленности и одной возрастной категории.

Занятия проводятся на базе ДОУМДС №9 «Золотой ключик».

**1.2. Цель и задачи программы.**

**Цель –**развитие мотивации ребенка к познанию и творчеству через его увлечение танцевально-игровой деятельностью.

**Задачи:**

* **личностные** – формирование культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни;
* **метапредметные** - развитие мотивации к хореографии (детский танец), потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности, умений взаимодействовать в детском коллективе.
* **образовательные (предметные)**:
	+ развить чувство ритма, музыкального слуха, памяти;
	+ развить танцевальные данные (выворотность, гибкость, координация), изучать танцевальные элементы;
	+ формировать артистичность и эмоциональную выразительность в процессе танцевально-игровой деятельности;
	+ привить ребенку интерес к движению под музыку;
	+ воспитать терпение, навыки общения в детском коллективе.

 Эти задачи решаются через овладение детьми разнообразными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, прыжков, подскоков, гимнастических и танцевальных упражнений, которые в свою очередь положительно влияют на физическое развитие детей и координацию движений.

Для того чтобы подвести детей 5-6лет, к освоению несложных танцевальных движений,предлагается метод игры: игры подвижные; игра-конкурс, игра-путешествие; игры на развитие внимания, памяти, воображения. Ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникающих по ходу его работы творческих задач, но и осознавать саму логику их следования.

**1.3.Содержание программы.**

**1.3.1.Учебный план**

**Учебно-тематический план1-й год обучения.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Раздел, тема** | **Всего****часов** | **Теорет.****занятия** | **Практич****занятия** | **Формы контроля (аттестации)** |
| **1.** | **Введение в программу.** | **1** | **1** | **-** |  |
| 1.1. | Знакомство детей с хореографией как видом искусства. Техника безопасности на занятиях танцами. | 1 | 1 | - | Опрос.Тестирова-ние |
| **2.** | **Ритмика.** | **39** | **1** | **38** |  |
| 2.1. | Элементарные основы музыкальной грамоты | 9 | 1 | 8 | Просмотр |
| 2.2. | Основные движения: ходьба, бег, прыжки, упражнения. | 6 | **-** | **6** | Просмотр |
| 2.3. | Партерная гимнастика. | 16 | - | 16 | Просмотр |
| 2.4. | Игры: 1.На подражание животным. 2.На воображение. 3.На внимание. | 8 | - | 8 | Просмотр |
| **3**. | **Азбука хореографии.** | **12** | **1** | **11** |  |
| 3.1. | Элементы классического танца: 1.Позиции рук.2.Позиции ног (первая - полувыворотная, вторая, третья, шестая).3.Plie. 4.Releve. 5.Упражнения на выворотность ног. | 12 | 1 | 11 | Просмотр |
| **4.** | **Детские танцы.** | **12** | **-** | **12** |  |
| 4.1. | Танцы – игры:«Матрёшки», «Весёлая зарядка», «веселая зарядка» | 5 | **-** | 5 | Просмотр |
| 4.2. | Бесконтактные танцы. «Барбарики», «Буратино» | 7 | **-** | **7** | Просмотр |
| **5.** | **Гимнастика чувств.** | **6** | **-** | **6** |  |
| 5.1. | Работа над выразительностью жеста через мимику. | 6 | **-** | 6 | Зачёт. |
| **6.** | Аттестация обучающихся:открытое занятие, мероприятие. | 2 | **-** | **2** | Контрольное занятие,выступление. |
|  | **Итого:** | **72** | **3** | **69** |  |

**Учебно-тематический план2-й год обучения.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Раздел, тема** | **Всего****часов** | **Теорет.****занятия** | **Практич.****занятия** | **Формы контроля (аттестации)** |
| **1.** | **Вводное занятие.** | **1** | **1** | **-** |  |
| 1.1. | Формирование здорового образа жизни. Техника безопасности на занятиях танцами. | 1 | 1 | - | Опрос |
| **2.** | **Ритмика.** | **35** | **-** | **35** |  |
| 2.1. | Перемещение по залу. | 8 | **-** | 8 | Просмотр |
| 2.2. | Двигательные задание на развитие чувства ритма. | 9 | **-** | 9 | Просмотр |
| 2.3. | Партерная гимнастика. | 12 | **-** | 12 | Просмотр |
| 2.4. | Игры: 1.Подражание животным и растениям. 2.На воображение. 3.На внимание. | 6 | **-** | **6** | Просмотр |
| **3**. | **Азбука хореографии.** | **16** | **1** | **15** |  |
| 3.1. | Элементы классического танца: 1.Позиции рук.2.Позиции ног (первая - полувыворотная, вторая, третья, четвёртая, пятая, шестая).3.Plie. 4.Grandplie. 5.Releve. 6.Упражнения на выворотность ног. | 10 | 1 | 10 | Просмотр |
| 3.2. | Элементы народного танца: 1.Шаг. 2.Ковырялочка. 3.Притоп. | 6 | **-** | 6 | Просмотр |
|  **4.** | **Детские танцы.** | **12** | **-** | **12** |  |
| 4.1. | Танцы – игры: «В нашем доме два чижа», «Весёлая зарядка», «Паровозик» | 5 | **-** | **5** | Просмотр,концерт |
| 4.2. | Бесконтактные танцы: «Давайте мы попрыгаем», «Часики» | 7 | **-** | **7** | Просмотр,концерт |
| **5.** | **Гимнастика чувств.** | **6** | **-** | **6** |  |
| 5.1. | Работа над выразительностью жеста с помощью мимики лица. | 6 | - | 6 | Просмотр |
| **6.** | Аттестация обучающихся:открытое занятие, мероприятие. | 2 | **-** | **2** | Контрольное занятие,концерт. |
|  | **Итого** | **72** | **2** | **70** |  |

**1.3.2.Оформление содержания учебного плана**

**Содержание 1-го года обучения**

**Раздел 1. Введение. (1 час)**

***Тема 1.1.Введение в образовательную программу «Танцы для детей».***

Теория.Знакомство детей с хореографией как видом искусства,задачами первого года обучения, с правилами поведения в танцевальном классе и формой одежды.

Знакомство с родителями. Выбор родительского комитета. Расписание занятий. Перспективы и требования к комплектованию группы,внешнему виду воспитанников. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми. Гигиенические нормы по отношению к одежде и обуви для занятий ритмикой, танцами. Тестирование физической подготовленности детей.

***Форма контроля:*** опрос, тестирование.

**Раздел 2. Ритмика. (39 часов)**

***Тема 2.1. Элементарные основы музыкальной грамоты.***

Теория.«Ритмика» – воспитанники включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие детей.Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа.

Практика.Ритмические упражнения с музыкальным заданием (простой ход, бег на полупальцах). Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах. Определение характера музыки словами и передача изменения характера в движении по точкам зала 1-8.Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Двигательные задания:

- музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4 (под музыку прохлопать или протопать предложенный педагогом ритм);

- определение темпа музыкального произведения (медленно, быстро).

- пластические этюды под чтение стихов на создание выразительного образа: «Зайка», «Про мишку», «Бычок» и т.п.

- определение характера мелодии: (прослушать мелодии и определить характер мелодии (веселая, грустная, торжественная).Например, марш – торжественная, детская песня «Барбарики» - веселая, песня «Песенка мамонтенка» - грустная и т.п.).

***Форма контроля:***просмотр.

***Тема 2.2.Основные движения.***

Практика. 1. Основные виды движений:

а) Ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме.

б) Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ (“бабочки”, “птички”, “ручейки” и т.д.), широкий (“волк”), острый (бежим по “горячему песку”).

в) Прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – “лошадки”, легкое подскакивание.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц.

Упражнения на развитие точности и ловкости движений, координации рук и ног.

Подъем рук через стороны вверх и опускание вниз с вращением кистей в одну и другую сторону (кулачком), движение рук «махи-крылья». Круговое движение назад плечом-рукой. Поднятие и опускание плеч. Повороты головы, наклоны. Поднимание ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута). Сочетание подъема на полупальцах с последующим приседанием по 6 позиции и перенос веса тела с одной ноги на другую. Прыжки по 6 позиции на месте и в повороте по точкам зала. Высокие прыжки «соте».

3. Построения и перестроения.Различие правой, левой ноги, руки, плеча. Повороты вправо и влево прыжком.Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному в пары и обратно, на месте. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», построение «воротца».

***Форма контроля:***просмотр.

***Тема 2.3.Партерная гимнастика.***

Практика.Перед работой с партерной гимнастикой детей нужно разогреть все мышцы и настроить на рабочий процесс. Для занятий партерной гимнастикой понадобятся индивидуальные коврики.

Партерный экзерсис:

I) Комплекс упражнений сидя на полу:

* 1) Упражнения сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы
* сокращение и вытягивание стоп по очереди с наклонами головы
* «Солнышко»
	1. Упражнения для растягивания ахилового сухожилия:
* «Чемоданчик»
1. Упражнения для развития паховойвыворотности:
* «Бабочка»
* «Гармошка»

II) Комплекс упражнений лёжа на спине:

1)Упражнения на пресс:

* поднятие ног
* «Велосипед»

2) Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника

* «Берёзка»

III) Комплекс упражнений лёжа на животе:

1) Упражнения для развития гибкости

* «Окошечко»
* «Змейка»
* «Лягушка»
* «Самолётик»
* «Корзинка»

IV) Комплекс упражнений для растягивания мышц ног

* «Чемоданчик» в парах
* ноги по сторонам
* «Бабочка» в парах
* «Полушпагат»

 - «Шпагат»

***Форма контроля:***просмотр.

***Тема 2.3.Игры.***

Практика.

1.Подражание животным: «Мы весёлые мартышки».

2.На воображение: «1,2,3…фигура замри».

3.На внимание: «Повторяй за мной!».

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 3. Азбука хореографии. (12 часов)**

***Тема 3.1.Элементы классического танца.***

Практика.1.Позиции рук - подготовительное положение, I, II, III позиции.

2.Позиции ног (первая - полувыворотная, вторая, третья, шестая).

3.Plie по I,II, III позиции.

4.Releve по VI позиции.

5.Упражнения на выворотность ног.

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 4. Детские танцы. (12 часов)**

***Тема 4.1.Танцы – игры.***

Практика.«Серый мячик из резинки» (наклоны в сторону, прыжки в положении глубокого приседа); «Матрёшки» (наклоны вперед, наклоны головой, похлопывание в ритме танца); «Весёлая зарядка» (шаг с носка вперед и шаги назад с разведением рук в стороны в русском характере, шаги с высоким подниманием колен, наклоны вперед).

***Тема 4.2.Бесконтактные танцы.***

Практика. «Барбарики», «Буратино»

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 5. Гимнастика чувств. (6 часов)**

***Тема 4.1.Работа над выразительностью жеста через мимику.***

Практика.Игры: « Вот как солнышко встаёт», «Грустно, весело».

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 6. Аттестация обучающихся. (2 часа)**

Практика.Тестирование физической подготовленности детей, итоговое занятие, выступление на массовом мероприятии (Новый год и др.), показательные выступления детей на родительском собрании.

***Форма контроля:***тестирование, контрольное занятие, выступление.

**Содержание 2-го года обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие. (1 час)**

***Тема 1.1.«Формирование здорового образа жизни»***

Теория. Двигательный режим ребенка, навыки здорового образа жизни.

Знакомство детейзадачами второго года обучения,повторение правил поведения в танцевальном классе и формы одежды.Требования к внешнему видуобучающихся. Дисциплина во время обучения.Расписание занятий.Гигиенические нормы по отношению к одежде и обуви для занятий ритмикой, танцами.

***Форма контроля:***опрос, тестирование.

**Раздел 2. Ритмика. (35 часов)**

Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

***Форма контроля:***просмотр.

***Тема 2.1.Перемещение по залу.***

Практика.Ходьба по залу: с носка, на носках, на пятках; повороты: направо, налево; подскоки.

Построение в шеренгу, в колонну. Перестроение: из шеренги в круг, в два круга. Различие правой, левой ноги, руки, плеча. Повороты вправо и влево. Построение в колонну по одному, по два в пары. Перестроения из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах. Перестроения из колонны в шеренгу и обратно. Круг, сужение и расширение круга. «Воротца». «Змейка». «Спираль». Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

***Форма контроля:***просмотр.

***Тема 2.2.Двигательные задание на развитие чувства ритма.***

Практика.Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Умение выполнять движения в разных темпах. Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки.

***Форма контроля:***просмотр.

***Тема 2.3.Партерная гимнастика.***

Практика.Перед работой с партерной гимнастикой детей нужно разогреть все мышцы и настроить на рабочий процесс. Для занятий партерной гимнастикой понадобятся индивидуальные коврики.

Партерный экзерсис:

I) Комплекс упражнений сидя на полу:

* 1) Упражнения сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы
* сокращение и вытягивание стоп по очереди с наклонами головы
* «Солнышко»
	1. Упражнения для растягивания ахилового сухожилия:
* «Чемоданчик»
1. Упражнения для развития паховойвыворотности:
* «Бабочка»
* «Гармошка»

II) Комплекс упражнений лёжа на спине:

1)Упражнения на пресс:

* поднятие ног
* «Велосипед»

2) Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника:

* «Берёзка»

III) Комплекс упражнений лёжа на животе:

1) Упражнения для развития гибкости

* «Окошечко»
* «Змейка»
* «Лягушка»
* «Самолётик»
* «Корзинка»

IV) Комплекс упражнений для растягивания мышц ног

* «Чемоданчик» в парах
* ноги по сторонам
* «Бабочка» в парах
* «Полушпагат»

 - «Шпагат»

***Тема 2.3.Игры.***

Практика.1.Подражание животным и растениям (Мы идём в лес).

2.На воображение (1,2,3…фигура замри).

3.На внимание (Смотри и повторяй!).

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 3. Азбука хореографии. (16 часов)**

Практика.***Тема 3.1.Элементы классического танца.***

1.Позиции рук (подготовительное положение, первая, вторая и третья позиции).

2.Позиции ног (первая - полувыворотная, вторая - полувыворотная, третья, пятая, шестая).

3.Plie.

4.Grandplie.

5.Releve (по шестой позиции).

6.Упражнения на выворотность ног.

7.Поклон реверанс.

8.Сценический шаг.

9.Шаг на полупальцах.

10.Легкий бег.

11.Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.

***Тема 3.2.Элементы народного танца.***

Практика.Удары стопой по 6-й и 3-й позициям.

Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной).

Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах.

Ковырялочка.

Движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.

Движение головы; повороты направо - налево, в различном характере, вверх- вниз с различной амплитудой, наклоны вправо - влево (с различной амплитудой).

Боковой галоп.

Шаг польки.

Прыжки по 6 позиции и поочередным выбрасыванием ног вперед.

Перевод рук из подготовительного положения в 1-ю. 2-ю, позицию и обратно. Раскрывание рук из положения «на поясе» в 1-ю позицию, 2-ю позицию, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию.

***Положения рук в танцах:***

Руки на поясе (большой палец обращен назад).

Подбоченившись (кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс).

Девочки придерживают руками юбочку (руки в локтях закруглены).

Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движения.

Руки скрещены перед грудью.

Одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте (только девочки).

Руки убраны за спину.

1.Шаг.

2.Ковырялочка.

3.Притоп.

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 4. Детские танцы. (12 часов)**

***Тема 4.1.Танцы – игры.***

Практика. «В нашем доме два чижа» (Наклоны в стороны и вперёд, шаг высоко поднимая колени, прыжки, перемещение по кругу), «Весёлая зарядка» (Шаги вперёд и назад с носка и раскрытием рук, шаги вокруг себя, прыжки), «Паровозик» (шаги по кругу на носках, поднимая высоко колени, шаги польки).

***Форма контроля:***просмотр.

***Тема 4.2.Бесконтактные танцы.***

Практика. «Давайте мы попрыгаем», «Часики».

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 5. Гимнастика чувств. (6 часов)**

***Тема 4.1.Работа над выразительностью жеста через мимику.***

Практика.Дети через игру учаться выражать свои эмоции, показывать грусть, радость, удивление и т.д***.*** Игры: «Маски», «Весёлый зоопарк».

***Форма контроля:***просмотр.

**Раздел 6. Аттестация обучающихся. (2 часа)**

Практика.Тестирование, итоговое занятие, выступление на массовом мероприятии (Новый год и др.), показательные выступления детей на родительском собрании.

***Форма контроля:***тестирование, контрольное занятие, выступление.

**1.4.Планируемые результаты.**

**Личностные и метапредметныерезультаты**

***Личностные***

У учащихся будут сформированы:

* учебно-познавательный интерес к хореографии;
* ориентация на понимание причин успеха в творческой деятельности;
* способность к самооценке на основе критериев успешности творческой деятельности («получилось», «не получилось»).

***Регулятивные***

Учащийся научится:

* оценивать правильность выполнения действия;
* адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, товарищей, родителей.

***Познавательные***

Учащийся научится:

* осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме;
* строить логическое рассуждение по принадлежности движений к определенному виду танца: народный, эстрадный.

***Коммуникативные***

Учащийся научится:

* формулировать собственное мнение и позицию;
* задавать вопросы;
* использовать речь для регуляции своего действия.

**Предметные результаты**

**После 1-ого года обученияучащийся:**

***будет знать:***

• Позиции ног (Iполувыворотная,IIполувыворотная, III,VI);

• Позиции рук (подготовительное положение, I,II, III).

***будет уметь:***

• Выполнять партерную гимнастику под музыку;

• Выполнять несложные танцевальные движения под музыку;

•Исполнять разученные бесконтактные танцы;

•Подражать характерным движениям животных.

•Передавать эмоциональное состояние игровых персонажей (грустный мишка, веселый зайка).

•Выполнять хлопки.

•Прыгать на месте.

•Кружиться по одному.

**После 2-ого года обучения учащийся:**

***будет знать:***

• Позиции ног (Iполувыворотная,IIполувыворотная, III,VI).

• Позиции рук (подготовительное положение, I,II, III).

• Термины: «Вправо», «Влево», «Правая, левая нога и рука».

•Первоначальное представление о танцевальном образе.

***будет уметь:***

• Перемещаться по залу.

• Выполнять партерную гимнастику под музыку.

• Выполнять несложные танцевальные движения под музыку.

•Исполнять разученные бесконтактные танцы.

•Выполнять перестроение в соответствие с заданием

•Положение рук в танце.

•Выполнять движение в различных темпах и сохранять заданный темп после прекращения музыки.

•Эмоционально, образно исполнять танцевально-игровые упражнения (кружатся листочки, подают снежинки и т.д.).

•Выполнять плавные и резкие движения руками.

•Выполнять приседания и полуприсяды.

•Притопывать то одной, то другой ногой.

•Ходить на полупальцах и на пятках.

•Выставлять ногу на носок и на пятку.

•Выполнять прямой галоп.

**Раздел№2.**

**«Комплекс организационно-педагогических условий».**

**2.1. Календарно-тематический график *(приложение 1)***

**2.2 Условия реализации программы.**

Для успешных занятий хореографией, необходимо соблюдать следующие условия:

-светлый, просторный, хорошо проветриваемый класс с определённым температурным режимом не ниже + 17;

-минимум на одной стене класса должны быть зеркала;

-хореографический станок вдоль стен разной высоты. Для младших школьников(80 см), для среднего и старшего возраста (100 см);

- фонограммы;

-видеотека;

-наличие музыкального центра, телевизора, видеомагнитофона;

-две раздевалки;

-форма у девочек: гимнастический купальник, шифоновая юбочка, балетки. Форма для мальчиков: белая футболка, велотреки, балетки;

-наполняемость группы 16-24 человека одинакового уровня подготовленности и одной возрастной категории.

- ноутбук;

- сценический реквизит: танцевальные костюмы и обувь, коврики, мячи и т.п.

**2.3. Формы аттестации**

Разрабатываются и обосновываются для определения результативности освоения программы. Призваны отражать достижения цели и задач программы.

***Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:*** аналитическая справка, видеозапись, готовая работа, журнал посещаемости, методическая разработка, портфолио, фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат), и др.

***Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:*** аналитический материал по итогам проведения психологической диагностики, аналитическая справка, демонстрация детских танцев, диагностическая карта, концерт, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио.

 Формы и методы контроля, специфичные для системы дополнительного образования, в частности для детей 5-6 лет: открытые занятия для родителей, занятие-игра, занятие-концерт, занятие-конкурс, в процессе которых возможно проверить степень сформированности индивидуально·личностных качеств детей, поведения, общения, характерных эмоциональных состояниях, а также ситуаций, которые должны бать созданы для того, чтобы пронаблюдать эти проявления.

**2.4. Методические материалы**

***2.4.1.Особенности организации образовательного процесса***

Образовательный процесс осуществляется в очной форме обучения учащихся.

***2.4.2.Методы организации образовательного процесса***:

*Методы обучения*:словесный, наглядный практический; игровой;

*Методы воспитания*:убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

*Методы проведения занятий:*беседа, игра, самостоятельная работа. *Методы контроля:*итоговое открытое занятие.

Методические рекомендации:

Значение упражнений партерной гимнастики:

* Упражнения важны для формирования осанки; укрепляются мышцы; формирования опорно-двигательного аппарата; для развития органов дыхания; для развития отдельных двигательных качеств и способностей (силы, гибкости, координации, ловкости, выносливости); на развитие психики (внимания, сообразительности, ориентировки в пространстве и во времени); развитие музыкальных качеств.
* Ребенок приобретает определенные навыки, которые могут пригодиться ему в будущем.
* В занятиях ребёнок познаёт себя, раскрывает свои физические возможности, который ему пригодятся в дальнейшем. Благодаря системе и комплексу упражнений с каждым занятием ребёнку становится интереснее и легче выполнять физически сложные упражнения.

***2.4.3.Формы организации образовательного процесса:*** индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая

***2.4.4.Формы организации учебного занятия*** - беседа, встреча с интересными людьми, игра, концерт, открытое занятие, праздник, практическое занятие

***2.4.5.Педагогические технологии***:

* уровневая дифференциация;
* проблемное обучение;
* поисковая деятельность;
* информационно-коммуникационные технологии;
* здоровьесберегающие технологии.

***2.4.6.Алгоритм учебного занятия.***

 – краткое описание структуры занятия и его этапов: 1-й этап – подготовительный (эмоциональный настрой, целеполагание); основной этап (практическая деятельность, оформление полученных результатов); итоговый этап (подведение итогов занятия, оценка деятельности учащихся педагогом); рефлексивный этап (самооценка собственной деятельности, рефлексия).

**2.6. Список литературы**

1.Захаров, В. М. Радуга русского танца. - М.: Сов. Россия,1986.

2.Пуртова, Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать: Учеб. Пособие для студ. Учреждений опер. Проф. Образования. - М.: Гуманист. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003, - 256 с:

3. Секрет танца (сост. Т. К. Васильева, Санкт-Петербург, «Диамант»,«Золотой век», 1997.

4.Танцуют дети (сост. М. Ф. Попова - М., Совет, Россия, 1989 г. (Библиотека «В помощь художественной самодеятельности» *N2* 1)

5.Танцы народов мира.Богаткова Лидия Николаевна, редактор Е. Сергеева - 1958.

6.Танцы для детей (сост. Л. Н. Алексеева) - М.: Сов. Россия, 1982.

7.Театр-студия «Дали! Учебно-методическая библиотека «Я вхожу в мир искусств», *N2* 5, 6, 1997 г. Программа «Танец», автор Н. В. Ермолаева.

**Приложение №1**

Календарно-тематический график первого года.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата проведения занятия. | Форма занятия. | Кол-во часов. | Тема занятия. | Форма (аттестации) контроля. |
| 1. | 01.09.17 | Беседа. | 1 | Первичный инструктаж по технике безопасности. Набор в группе. |  |
| 2. | 05.09.17 | Беседа. | 1 | Первичный инструктаж по технике безопасности. Набор в группе. |  |
| 3. | 08.09.17 | Беседа. | 1 | Первичный инструктаж по технике безопасности. Набор в группе. |  |
| 4. | 12.09.17 | Беседа. | 1 | Первичный инструктаж по технике безопасности. Набор в группе. |  |
| 5. | 15.09.17 | Беседа. Просмотр видеороликов. | 1 | Первичный инструктаж по технике безопасности. Введение в образовательную программу. |  |
| 6. | 19.09.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 7. | 22.09.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 8. | 26.09.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Гимнастика чувств. Игры на подражание животным. |  |
| 9. | 29.09.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 10. | 03.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 11. | 06.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 12. | 10.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 13. | 13.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 14. | 17.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 15. | 20.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным. |  |
| 16. | 24.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Ориентировка в пространстве зала. |  |
| 17. | 27.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 18. | 31.10.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 19. | 03.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 20. | 07.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на воображение и внимание. |  |
| 21. | 10.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 22. | 14.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 23. | 17.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Гимнастика чувств. Игры на подражание животным. |  |
| 24. | 21.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 25. | 24.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 26. | 28.11.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 27. | 01.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 28. | 05.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 29. | 08.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 30. | 12.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца.  |  |
| 31. | 15.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 32. | 19.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 33. | 22.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Повторение изученного материала. |  |
| 34. | 26.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Повторение изученного материала. |  |
| 35. | 29.12.17 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. | Промежуточный контрольный просмотр. |
| 36. | 12.01.18 | Беседа. | 1 | Повторный инструктаж по технике безопасности. |  |
| 37. | 16.01.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным, на воображение и внимание. |  |
| 38. | 19.01.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 39. | 23.01.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 40. | 26.01.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 41. | 30.01.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 42. | 02.02.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 43. | 06.02.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 44. | 09.02.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Гимнастика чувств. Танцы-игры. |  |
| 45. | 13.02.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 46. | 16.02.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 47. | 20.02.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 48. | 27.02.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 49. | 02.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. Гимнастика чувств. |  |
| 50. | 06.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 51. | 13.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 52. | 16.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 53. | 20.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным, воображение и внимание. |  |
| 54. | 23.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 55. | 27.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. Гимнастика чувств. |  |
| 56. | 30.03.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 57. | 03.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 58. | 06.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 59. | 10.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 60. | 13.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 61. | 17.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 62. | 20.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 63. | 24.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 64. | 27.04.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 65. | 04.05.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 66. | 08.05.18 | Практическое занятие.  | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 67. | 11.05.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным, на воображение и внимание. |  |
| 68. | 15.05.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 69. | 18.05.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 70. | 22.05.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Повторение изученного материала. |  |
| 71. | 25.05.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Повторение изученного материала. |  |
| 72. | 29.05.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. | Итоговое занятие. |

Календарно-тематический график второго года.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата проведения занятия. | Форма занятия. | Кол-во часов. | Тема занятия. | Форма (аттестации) контроля. |
| 1. | 03.09.18 | Беседа.  | 1 | Повторный инструктаж по технике безопасности.  |  |
| 2. | 07.09.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 3. | 10.09.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцевальные шаги. |  |
| 4. | 14.09.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Гимнастика чувств. Игры на подражание животным. |  |
| 5. | 17.09.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 6. | 21.09.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцевальные шаги. |  |
| 7. | 24.09.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 8. | 28.09.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Ориентировка в пространстве зала. |  |
| 9. | 01.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 10. | 05.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 11. | 08.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 12. | 12.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 13. | 15.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 14. | 19.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 15. | 22.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным. |  |
| 16. | 16.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Ориентировка в пространстве зала. |  |
| 17. | 29.10.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 18. | 02.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 19. | 05.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 20. | 09.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на воображение и внимание. |  |
| 21. | 12.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 22. | 16.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 23. | 19.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Гимнастика чувств. Игры на подражание животным. |  |
| 24. | 23.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 25. | 26.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 26. | 30.11.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 27. | 03.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 28. | 07.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 29. | 10.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 30. | 14.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца.  |  |
| 31. | 17.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 32. | 21.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 33. | 24.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Повторение изученного материала. |  |
| 34. | 28.12.18 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. | Промежуточный контрольный просмотр. |
| 35. | 11.01.19 | Беседа. | 1 | Повторный инструктаж по технике безопасности.  |  |
| 36. | 14.01.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 37. | 18.01.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным, на воображение и внимание. |  |
| 38. | 21.01.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. |  |
| 39. | 25.01.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 40. | 28.01.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 41. | 01.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 42. | 04.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 43. | 08.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 44. | 11.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Гимнастика чувств. Танцы-игры. |  |
| 45. | 15.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 46. | 18.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 47. | 22.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 48. | 25.02.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 49. | 01.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. Гимнастика чувств. |  |
| 50. | 04.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 51. | 11.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 52. | 15.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 53. | 18.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным, воображение и внимание. |  |
| 54. | 22.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 55. | 25.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Танцы-игры. Гимнастика чувств. |  |
| 56. | 29.03.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 57. | 01.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 58. | 05.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 59. | 08.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 60. | 12.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 61. | 15.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 62. | 19.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементарные основы музыкальной грамоты. |  |
| 63. | 22.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Основные движения. |  |
| 64. | 26.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 65. | 29.04.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 66. | 03.05.19 | Практическое занятие.  | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. |  |
| 67. | 06.05.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Игры на подражание животным, на воображение и внимание. |  |
| 68. | 13.05.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Элементы классического танца. |  |
| 69. | 17.05.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Партерная гимнастика. |  |
| 70. | 20.05.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Повторение изученного материала. |  |
| 71. | 24.05.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Повторение изученного материала. |  |
| 72. | 27.05.19 | Практическое занятие. | 1 | Разминка. Бесконтактные танцы. | Итоговое занятие. |