Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр дополнительного образования»
Чаплыгинского муниципального района Липецкой области

Рассмотрено
на заседании методического совета
протокол № 3 от 29.05.2025г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО «ЦДО»
_____ Л.В. Хаджи-Мухамедова
приказ № 34 от31.05.2025г.
принято на заседании педагогического
совета 29.05.2025г. (протокол №4)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
художественной направленности
«Ритмика»

Возраст детей: 7 - 15 лет
Срок реализации: 2 года

Лукова Наталия Ивановна
педагог дополнительного образования

г. Чаплыгин
2025г.

Содержание

1. Пояснительная записка
   1.1Цели и задачи
   1.2 Нормативная база
   1.3 Объем
2. Планируемые результаты
3. Содержание
4. Организационно педагогические условия
   4.1Материально-техническое обеспечение
   4.2 Кадровое обеспечение
   4.3Список литературы
5. Учебный план
   5.1 Формы промежуточной аттестации обучающихся
6. Календарный учебный график
7. Оценочные материалы
8. Методические материалы
9. Рабочие программы учебных курсов

1.Пояснительная записка

Специфика хореографии состоит в том, что мысли, чувства и переживания человека она передает без помощи речи, а средствами движения и мимики. Дети, систематически обучающееся хореографии, приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика» танцевального коллектива является результатом обобщения как личного опыта, так и опыта других хореографов. Она включает в себя основы хореографии и содержит несколько больших разделов. Это – партерная гимнастика, классический танец, народный танец, современный танец, постановочные работы, музыкальное развитие с включением музыкальных страничек. Программой также предусмотрено проведение бесед о хореографическом искусстве, посещение концертов, просмотр видеоматериалов и их обсуждение. Уровень реализации программы профессионально-ориентированный.

Данная программа рассчитана на 2 года обучения. Обучающиеся принимаются в коллектив без специального отбора, без медицинских противопоказаний.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика» разработана в соответствии с приказом №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Направленность программы – художественная.

Актуальность программы. На современном этапе актуальной становится задача обеспечения сохранения и укрепления здоровья учащихся. Общение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать музыку, развивает у них любовь к музыке. Танцевальные занятия развивают детей физически, укрепляют их здоровье: правильно развивают костно-мышечный аппарат, помогают избавиться от физических недостатков, формируют красивую фигуру.

Педагогическая целесообразность

Занятия по программе, разработаны с учетом индивидуальных особенностей детей. Они благотворно влияют на развитие памяти, внимания, вестибулярного аппарата, чувства ритма, пластики, способствуют развитию коммуникативных способностей. Оказывают положительное действие на нервную систему, являясь источником положительных эмоций. Программа позволит детям познать и раскрыть свои возможности и способности.

Отличительная особенность программы

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо у них наличие специальных физических данных. В программу входит комплексное обучение, дети изучают классический, народный, бальный и эстрадный танец в комплексе. Программа направлена на воспитание хореографической культуры. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Особое внимание уделяется индивидуальной работе так, как это связано с возрастными и психологическими особенностями. То

есть занятие важно индивидуализировать с учетом развития двигательных навыков и творческих способностей. Так, возможно обучение детей с ОВЗ, слабослышащим и слабовидящим.

Адресат программы

Программа ориентирована на учащихся 7-15 лет, которые проявляют интерес к хореографии. В объединении могут заниматься дети с ОВЗ (с легкой корректируемой формой). Набор в группы свободный.

Формы обучения и виды занятий

Форма обучения очная. В каждой возрастной группе занятия происходят с учетом возрастных особенностей учащихся. Используются различные методы: объяснение, показ преподавателя и практическое закрепление с детьми. Дети очень любят импровизировать, поэтому на занятиях часто используется такой метод, как импровизация на заданную тему. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Первостепенное значение в деле эстетического воспитания обучающихся имеет музыка, которую они слышат на занятиях и в постановочной практике, поэтому она должна быть доступной и художественной. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

В курсе обучения хореографии применяются традиционные **методы обучения**: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слов - универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др.

Метод наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практический метод – основан на активной деятельности самих обучающихся. Этот *метод целостного освоения* упражнений, метод обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Формы занятий

Формы организации деятельности:

- групповые;
- подгрупповые;
- индивидуально-групповые;
- репетиционные.

Формы проведения занятий.

Используются традиционные и нетрадиционные формы обучения, активно используются игровые методики, просмотр видео материалов и литературы.

1.1 Цели и задачи

Цель программы: Воспитание гармонически развитой личности средствами хореографии. Создание условий для физического развития обучающихся, совместного досуга, общения, реализация творческих способностей учащихся посредством танца.

Задачи программы

обучающие:

- научить детей исполнять танцевальное движение выразительно и одухотворенно;
- освоить навыки координации движений, внимания и памяти;
- изучить основные движения классического танца;
- обучить детей основам народного, бального и эстрадного танца;
- сформировать у детей музыкально-ритмических навыков, красоты и правильности движений.

развивающие:

- развить физические качества (координацию движений, пластичность);
- развить музыкальный слух, чувство ритма, память, внимание, умение слушать музыку и отражать в движении характер;
- развить творческое воображение ребенка, совершенствовать навыки творческого самовыражения.

воспитательные:

- воспитать эстетический вкус (умения видеть красоту движения в танце);
- воспитать чувство коллективизма;
- воспитать навыки культурного общения в коллективе;
- воспитать уважение к танцевальному искусству, народным истокам, к традициям и культуре своего народа;
- побудить в обучающихся интерес к знаниям, зажечь в них огонек творческого соревнования;
- воспитать чувства самостоятельности и ответственности.

1.2 Нормативная база

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика» разработана в соответствии с требованиями к организации

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012) (ред. от 31.07.2020 г.)
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24.12.2020 № 44 «Об утверждении СанПиН 2.1.3678-2020 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
4. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
5. Устав МБУ ДО «ЦДО»

1.3 Объем

Объём программы

Занятия в группах проводятся следующим образом.
1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часа
2 год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа – 216 часа
На полное освоение программы требуется 360 часов.

Срок освоения программы

Программа рассчитана на 2 года обучения. Она предполагает возможность вариативного содержания в зависимости от особенностей творческого развития обучающихся. Педагог может вносить изменения в содержание программы и занятий, дополнять практическими заданиями.

Обучаясь по данной программе и пройдя весь курс обучения, обучающиеся обучаться танцевальному мастерству, они смогут выражать чувства через хореографические композиции. Полученные знания, приобретенные умения и навыки могут являться для них хорошей основой для подготовки к профессиональной деятельности в танцевальных коллективах. У обучающихся сформирована потребность содержательного проведения досуга, готовность проявлять общественную активность.

Структура программы

Структура программы «Ритмика» – разно уровневая и образует 2 ступени танцевального творчества, соответствующие 2 годам обучения.

1 год обучения – *Базовый*.

В задачу первого года обучения входит знакомство с различными жанрами произведения – плясовая, вальс, марш, название упражнений и движений, положением головы, корпуса во время исполнения простейших элементов, развитие элементарных навыков координации движений. На середине зала изучаются элементы и небольшие комбинации русского

народного, эстрадных танцев. Развитие навыков координации движений и музыкального слуха.

2 год обучения – *Основной*.

Второй год обучения включает в себя изучение более сложных элементов способствующих развитию координации движений обучающихся.

Особенности организации образовательного процесса - язык реализации программы - государственный русский.

2.Планируемые результаты

Ожидаемые результаты 1 года обучения

В задачу первого года обучения входит знакомство с различными жанрами произведения – плясовая, вальс, марш, название упражнений и движений, положением головы, корпуса во время исполнения простейших элементов, развитие элементарных навыков координации движений. На середине зала изучаются элементы и небольшие комбинации русского народного, эстрадных танцев. Развитие навыков координации движений и музыкального слуха.

Знать:

-танцевальные направления: классическое, народное, бальное, эстрадное;

-характерные особенности позиций рук, ног в народном танце;

-характерные особенности позиции рук, ног, в классическом танце.

Уметь:

-ходить с высоким подъемом ног, на носочках, на пятках, с каблучка, змейкой, маршировать;

-сохранять правильную осанку;

-переключаться с одного вида движения на другие;

-передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке, запоминая изменения рисунка;

-переходить из одного движения в другое;

-различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений.

Иметь навыки:

- чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки;
- легкого шага с носка на пятку;
- выполнения партерной гимнастики.

Также к ожидаемым результатам нужно отнести созданные хореографические сюжетные народные, бальные, эстрадные композиции. Выступление и участие в мероприятиях, концертах, конкурсах, фестивалях.

Ожидаемые результаты 2 года обучения

Второй год обучения включает в себя изучение более сложных элементов способствующих развитию координации движений обучающихся. По окончании обучения программы **2 года обучения «Основной»** учащиеся должны:

Знать:

- терминологию классического и народного танца;

- более подробные углублённые технические требования к исполнению элементов классического танца и фигур народного танца;
- легкого шага с носка на пятку;
-такт и затакт;
-подготовительные движения рук, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию;
-знать точки плана класса, их расположение.

Уметь:

- владеть центром тяжести тела;
- передать настроение танца в соответствие с характером музыки;
- добиваться результата в исполнении фигур, как соло, так и в паре, проявлять лидерские качества;

Приобретут навыки:

- самостоятельной работы (осознанной отработки технической точности и чистоты движений);
- выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- разбираться в средствах выразительности, выражать характер каждого танца через пластику, эмоции;
- артистичности, эмоциональности и выразительности;
- поддерживать друг друга в трудной ситуации, проявлять терпение при работе в коллективе.

Увидеть результаты достижений каждого ребёнка и танцевального коллектива поможет ежегодный мониторинг. Участие обучающихся в концертах, соревнованиях, творческих проектах, общественно полезных мероприятиях. Естественным результатом и формой подведения итогов будет участие детей в конкурсах, концертной деятельности различного уровня.

3. Содержание

Программа «Ритмика» содержит следующие года обучения:

Содержание программы

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Теоретических часов	Практических часов
1 год обучения - Базовый				
1	Вводное занятие	2	2	—
2	Ритмика	28	4	24
3	Партерная гимнастика.	20	4	16
4	Основы классического танца	18	4	14
5	Основы народного танца	18	2	16
6	Эстрадный танец	16	4	12

7	Постановочная деятельность	28	4	24
8	Игровая деятельность	12	2	10
9	Итоговое занятие. Концерт.	2	—	2
	Всего:	**144**	**26**	**118**
2 год обучения - Основной				
1	Вводное занятие	2	2	—
2	Партерная гимнастика.	36	6	30
3	Основы классического танца	36	6	30
4	Основы народного танца	48	8	40
5	Эстрадный танец	28	4	24
6	Бальный танец	28	4	24
7	Постановочная деятельность	36	6	30
8	Итоговое занятие. Концерт.	2	—	2
	Всего:	**216**	**36**	**180**

Содержание программы 1года обучения по курсу «Базовый»

Тема1: Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения в зале, на перемене. Правила пожарной безопасности. Анкетирование. Обсуждение плана работы на год, определение задач. Расписание занятий.

Понятие о гигиене. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви.

Тема2: Ритмика.

Теория: Ритм. Счет под музыку. Прослушивание музыкальных композиций. Понятие о характере музыки (веселая. Спокойная, грустная). Темп (быстрый, медленный, умеренный).

Практика: Основные базовые шаги. Проверка музыкального слуха. Разнообразные виды передвижения. Маршевые простые шаги. Приставные простые шаги. Маршевые шаги со сменой ноги. Приставные шаги со сменой ноги. Разучивание танцевальных движений. Разминочный комплекс.

Тема 3: Партерная гимнастика.

Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений.

Практика: Каждое занятие по учебному предмету «Партерная гимнастика» включает разминку, комплексы упражнений на полу и релаксацию, которые связаны между собой (Приложение1). Партерный экзерсис позволяет достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц:

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.
2. Упражнения, развивающие подъем стопы.
3. Упражнения. Развивающие гибкость позвоночника.
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.
5. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава.
6. Упражнения, развивающие выворотность ног.

7. Упражнения, на растягивание мышц и связок и развитие танцевального шага.

Тема 4: Основы классического танца.

Теория: Понятия «постановка корпуса», «постановка головы». Понятие «красота» в применении к искусству танца.

Практика: Разучивание классических движений. Разучивание позиций рук: подготовительное положение, I, II, III позиции.

Движения на середине зала:

Battement tendu из I во II позицию;

Demi-plie из I и II позиций.

Releve по VI позиции, demi-plie по I и II позициям.

Battement tendu из I во II позицию.

Battement tendu et demi-plie из I и III позиций вперед, в сторону, назад.

Battement tendu jete (маленькие броски) из I и III позиций вперед и в сторону.

Rond de jambe par terre en dehors и en dedans по точкам, а затем слитно.

Passe par terre (проведение ноги по полу) вперед и назад через I позицию.

Port de bras (упражнения, слагающиеся из одновременного движения рук, корпуса,головы).

Тема 5: Основы народного танца.

Теория: Беседа о народном танце. Ознакомление с характером исполнения танца.

Практика: Элементы и движения русского танца.

Положения рук (свечка, воротца, звездочка, корзиночка).

Движения (припадание, гармошка, веревочка, моталочка, ковырялочка)

Танцевальные шаги (шаг с носочка, на носочках, шаг с подскоком, шаг с поджатыми коленями).

Тема 6: Эстрадный танец.

Теория: Теория основных движений.

Практика:

1. Техника изоляции;
2. Основные шаги;
3. Основные движения корпусом;
4. Прыжки;
5. Танцевальные комбинации.

Тема 7: Постановочная деятельность.

Теория: Разучивание танца.

Практика: Постановка концертных номеров, разработка и обсуждение сюжета танцевального номера. Работа над синхронностью. Совместное творчество педагога и обучающегося. Участие обучающихся в фестивалях, конкурсах, соревнованиях внутри учреждения.

Тема 8: Игровая деятельность.

Теория: Игры и игровые задания. Приобретение навыков актерского мастерства.

Практика: Работа над образом заданных животных, птиц, явлений природы.

Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «Солдатушки — бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик», «Куклы» (по выбору педагога). Инсценировка детских песен (по выбору педагога).
Тема 8: Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Концерт.

Содержание программы 2 года обучения по курсу «Основной»

Тема1: Вводное занятие.
Инструктаж по технике безопасности: правила поведения в зале, на перемене. Правила пожарной безопасности. Анкетирование. Обсуждение плана работы на год, определение задач. Форма одежды, прически. Расписание занятий.
Понятие о гигиене. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви.
Тема2: Партерная гимнастика.
Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений.
Практика: Каждое занятие по учебному предмету «Партерная гимнастика» включает разминку, комплексы упражнений на полу и релаксацию, которые связаны между собой (Приложение1). Партерный экзерсис позволяет достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц:

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.
2. Упражнения, развивающие подъем стопы.
3. Упражнения. Развивающие гибкость позвоночника.
4. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава.
5. Упражнения, на растягивание мышц и связок и развитие танцевального шага.

Тема 3: Основы классического танца.
Теория: Понятия «постановка корпуса», «постановка головы». Понятие «красота» в применении к искусству танца.
Практика: Разучивание классических движений. Разучивание позиций рук: подготовительное положение, I, II, III позиции.
Движения на середине зала:
Battement tendu из I во II позицию;
Demi-plie из I и II позиций.
Releve по VI позиции, demi-plie по I и II позициям.
Battement tendu из I во II позицию.
Battement tendu et demi-plie из I и III позиций вперед, в сторону, назад.
Battement tendu jete (маленькие броски) из I и III позиций вперед и в сторону.
Rond de jambe par terre en dehors и en dedans по точкам, а затем слитно.
Passe par terre (проведение ноги по полу) вперед и назад через I позицию.
Port de bras (упражнения, слагающиеся из одновременного движения рук, корпуса,головы).
- прыжки по 1 и 2 позиции

- перегиб корпуса назад
- переход рук из одной позиции в другую
- повороты и наклоны головы

Вращение по диагонали.

Тема 4: Основы народного танца.

Теория: Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дроби на 1/8, гармошка, елочка, припадание, ковырялочка с притопами, высокая ковырялочка, веревочка (одинарная, двойная, с выносом ноги в стороны), моталочка.

Практическая работа: освоение движений народных танцев.

Тема 5: Эстрадный танец.

Теория: Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с одаренными учениками.

Тема 6: Бальный танец.

Теория: История происхождения «Медленного вальса». Знакомство с видами историко-бытового танца с его особенностями и манерой исполнения. Понятие спусков и подъемов, опорной и рабочей ног, выноса рабочей ноги, приставки, учебной рамки рук, учебное положение рук при исполнении движений по одному, баланса, растяжения позвоночника. Ритмический рисунок танца.

Практика:

Разучивание основного шага и элементов танца, соответствующих положений по одному и в паре (постановка корпуса, линии рук, ног), комбинаций и связок. Изучение поклона, шаг «Польки», вальсового шага, вальс в повороте, балансе, «лодочка», «окошко».

Разучивание основного шага и элементов танца «Рилио» (прыжки, подскоки, бег, хлопки); « Сударушка» (шаг с притопом, повороты в паре);

«Русские узоры» (основной ход, переходы в парах, воротца); «Полонез» (основной ход, переходы, перестроения в парах).

Тема 7 : Постановочная деятельность.

Теория: Разучивание танца.

Практика: Постановка концертных номеров, разработка и обсуждение сюжета танцевального номера. Работа над синхронностью. Совместное

творчество педагога и обучающегося. Участие обучающихся в фестивалях, конкурсах, соревнованиях внутри учреждения.
Тема 8: Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Концерт.

4.Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1Материально – техническое обеспечение

Для успешной реализации программы необходимо следующее:
- спортивный зал
- музыкальный центр, USB флеш-накопитель;
- танцевальные атрибуты (платочки, ленточки, мячи, скакалка);
- костюмы, головные уборы (в соответствии с репертуаром);
- коврики для выполнения упражнений.

Учебно-методический комплекс формируется на основе аудио и видеоматериалов:
- сборники современной музыки;
- видео с выступлениями современных танцевальных коллективов;
- фотоматериалы;
- иллюстрации из книг по хореографии.

4.2 Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий средне профессиональное образование и первую квалификационную категорию, учитывающий возрастные и индивидуальные особенности детей.

4.3 Список литературы

1. Беликова А.Н. – «Современные танцы» — М,.Сов. Россия, 2000 г.
2. Беликова *А*. «Учите детей танцевать.» – М., «Владос», 2004.
3. Беликова А. «Тренаж современной пластики» — М., «Советская Россия» 2000г.
4. Бриске Э. «Ритмика и танец». Ч. I, II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.
5. Зенина Н.Н. Краткая методика преподавания модерн-джаз танца: для начинающих (1-год обучения, базовый уровень) / Н.Н. Зенина.
6. Мошкова Е.И «Ритмика» – М., Просвещение, 1997 г.
7. Никитин А.Б. «Театр, где играют дети»-М. И.- во ВЛАДОС, 2001 г.
8. Никитин В.Н. «Модерн – джаз танец- начало обучения» — М., 2003г.
9. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца: учебное пособие / В.Ю. Никитин. - М.: Издательский дом "Один из лучших", 2006
10. Полятков С.С. «Основы современного танца» — Ростов н- Д: Феникс 2005год

Список литературы для обучающихся.

1. Барабаш Л.Н. Хореография для самых маленьких. – Мозырь: Белый Ветер, 2002

2. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия, 2000
3. Пасютинская В. Волшебный мир танца: Книга для учащихся. – М.: Просвещение, 1985

5. Учебный план

№ п/п	Наименование курса (года) обучения	Всего часов	Теоретич. часов	Практич. часов	Форма промежуточной аттестации
1	«Базовый»	**144**	**26**	**118**	концерт
2	«Основной»	**216**	**36**	**180**	концерт

5.1 Формы промежуточной аттестации обучающихся

Аттестация обучающихся – неотъемлемая часть образовательного процесса, позволяющая всем его участникам оценить реальную результативность совместной творческой деятельности, которая проводится без прекращения образовательного процесса.

При работе по данной программе вводный контроль проводится на первых занятиях с целью выявления образовательного и творческого уровня обучающихся, их способностей. Он может быть в форме собеседования или наблюдения за обучающимися.

Промежуточная аттестация – оценка качества усвоения обучающимися содержания программы по итогам очередного учебного года или завершения обучения по программе. Промежуточная аттестация проводится на последних занятиях по завершению каждого курса учебного плана в виде концерта.

6. Календарный учебный график

График учитывает возрастные психофизические особенности учащихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования» в установленном законодательством Российской Федерации порядке несет ответственность за реализацию в полном объеме дополнительных общеразвивающих программ в соответствии с календарным учебным графиком.

Начало учебного периода – 01.09.2025

Количество учебных групп – 3

Регламент образовательного процесса.

Группа № 1: 4 занятия в неделю

Группа № 2: 6 занятий в неделю

Группа № 3: 6 занятий в неделю

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МБУ ДО «Центр дополнительного образования», занятия начинаются в 10.00 и заканчиваются не позднее 19.00.

Продолжительность занятий.

Группа № 1: 45 минут;

Группа № 2: 45 минут;
Группа № 3: 45 минут
После 45 минут занятий организовывается перерыв длительностью 10 минут для проветривания помещения и отдыха учащихся. В объединениях для учащихся (младшие школьники 1 класс) – 1 академический час – 35 минут
Окончание учебного периода – 31.05.2026
Летний оздоровительный период:
1 период: с 01 по 30 июня (ежегодно)
2 период: с 15 по 31 августа (ежегодно)
В летний период дополнительное образование организуется с основным или переменным составом, индивидуально; в одновозрастных и в разновозрастных объединениях по интересам. Проведение занятий предполагает разнообразные формы и методы. Образовательный процесс осуществляется в форме: поездок, экскурсий, работой в школьных лагерях, проведение мастер-классов, аудиторных занятий, лекций, семинаров, практикумов, научной и исследовательской деятельности, массовых и воспитательных мероприятий (выставок, игровых программ) и др.

7. Оценочные материалы

Оценочный лист уровня сформированных знаний, умений и навыков

Уровни оценки	**Критерии оценки**
высокий уровень	проявляется творческое отношение к выполнению танцевальной деятельности.
средний уровень	танцевальные движения выполняются по образцу, качественно, аккуратно
Низкий уровень	танцевальные движения выполняются по образцу с погрешностями

ПРОТОКОЛ
результатов аттестации учащихся
МБУ ДО «Центр дополнительного образования»
_____ учебный год

Вид аттестации: промежуточная (май)
Творческое объединение _____
Дополнительная общеобразовательная программа
_____
(название программы, срок реализации)
Группа № _____ Год обучения _____ Кол-во обучающихся в группе _____чел.
Ф.И.О. педагога _____
Дата проведения аттестации_____
Форма проведения _____
(собеседования, тестирование, самостоятельные исследовательские работы, контрольные уроки, практические работы, выставки, отчетные концерты, соревнования, конкурсы, итоговые занятия, защита творческих работ и проектов и т.д.)

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий)

Результаты аттестации

№	Фамилия, имя учащегося	Результат аттестации
1.		
2.		

Всего аттестовано _____ учащихся

Из них по результатам аттестации:

- высокий уровень _____ чел.
- средний уровень _____ чел
- низкий уровень _____ чел.

Педагог дополнительного образования:

8. Методические материалы

- дополнительная образовательная (общеразвивающая) программа «Ритмика»
- наглядные пособия, схемы танцевальных движений;
- подборка информации по истории развития народных танцев;
- инструкции по технике безопасности;
- методическая литература;
- сценарии проведения культурно-массовых мероприятий.

9. Рабочие программы учебных курсов

Рабочая программа
к ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЕ
«Ритмика»
художественной направленности

1 курс обучения

По окончании обучения программы **1 года обучения «Базовый»** учащиеся должны:

Знать:

-танцевальные направления: классическое, народное, бальное, эстрадное;

-характерные особенности позиций рук, ног в народном танце;

-характерные особенности позиции рук, ног, в классическом танце.

Уметь:

-ходить с высоким подъемом ног, на носочках, на пятках, с каблучка, змейкой, маршировать;

-сохранять правильную осанку;

-переключаться с одного вида движения на другие;

-передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке, запоминая изменения рисунка;

-переходить из одного движения в другое;

-различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений.

Иметь навыки:

- чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки;
- легкого шага с носка на пятку;
- выполнения партерной гимнастики.

Содержание программы обучения по курсу «Базовый»

Тема1: Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения в зале, на перемене. Правила пожарной безопасности. Анкетирование. Обсуждение плана работы на год, определение задач. Расписание занятий.

Понятие о гигиене. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви.

Тема2: Ритмика.

Теория: Ритм. Счет под музыку. Прослушивание музыкальных композиций. Понятие о характере музыки (веселая. Спокойная, грустная). Темп (быстрый, медленный, умеренный).

Практика: Основные базовые шаги. Проверка музыкального слуха. Разнообразные виды передвижения. Маршевые простые шаги. Приставные простые шаги. Маршевые шаги со сменой ноги. Приставные шаги со сменой ноги. Разучивание танцевальных движений. Разминочный комплекс.

Тема 3: Партерная гимнастика.

Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений.

Практика: Каждое занятие по учебному предмету «Партерная гимнастика» включает разминку, комплексы упражнений на полу и релаксацию, которые связаны между собой (Приложение1). Партерный экзерсис позволяет достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц:

9. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.
10. Упражнения, развивающие подъем стопы.
11. Упражнения. Развивающие гибкость позвоночника.
12. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.
13. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава.
14. Упражнения, развивающие выворотность ног.
15. Упражнения, на растягивание мышц и связок и развитие танцевального шага.

Тема 4: Основы классического танца.

Теория: Понятия «постановка корпуса», «постановка головы». Понятие «красота» в применении к искусству танца.

Практика: Разучивание классических движений. Разучивание позиций рук: подготовительное положение, I, II, III позиции.

Движения на середине зала:

Battement tendu из I во II позицию;

Demi-plie из I и II позиций.

Releve по VI позиции, demi-plie по I и II позициям.

Battement tendu из I во II позицию.

Battement tendu et demi-plie из I и III позиций вперед, в сторону, назад.

Battement tendu jete (маленькие броски) из I и III позиций вперед и в сторону.

Rond de jambe par terre en dehors и en dedans по точкам, а затем слитно.

Passe par terre (проведение ноги по полу) вперед и назад через I позицию.

Port de bras (упражнения, слагающиеся из одновременного движения рук, корпуса,головы).

Тема 5: Основы народного танца.

Теория: Беседа о народном танце. Ознакомление с характером исполнения танца.

Практика: Элементы и движения русского танца.

Положения рук (свечка, воротца, звездочка, корзиночка).

Движения (припадание, гармошка, веревочка, моталочка, ковырялочка)

Танцевальные шаги (шаг с носочка, на носочках, шаг с подскоком, шаг с поджатыми коленями).

Тема 6: Эстрадный танец.

Теория: Теория основных движений.

Практика:

6. Техника изоляции;
7. Основные шаги;
8. Основные движения корпусом;
9. Прыжки;
10. Танцевальные комбинации.

Тема 7: Постановочная деятельность.

Теория: Разучивание танца.

Практика: Постановка концертных номеров, разработка и обсуждение сюжета танцевального номера. Работа над синхронностью. Совместное творчество педагога и обучающегося. Участие обучающихся в фестивалях, конкурсах, соревнованиях внутри учреждения.

Тема 8: Игровая деятельность.

Теория: Игры и игровые задания. Приобретение навыков актерского мастерства.

Практика: Работа над образом заданных животных, птиц, явлений природы. Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «Солдатушки —

бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик», «Куклы» (по выбору педагога). Инсценировка детских песен (по выбору педагога).
Тема 8: Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Концерт.

Группа № 4

- Возраст учащихся:
- Занятия проводятся 2 раза в неделю по следующему расписанию:

№ n/n	тема	Дата проведения	
		По плану	По факту
1.	Вводное занятие		
2.	Вводное занятие		
3.	Ритмика		
4.	Ритмика		
5.	Партерная гимнастика		
6.	Партерная гимнастика		
7.	Игровая деятельность		
8.	Игровая деятельность		
9.	Ритмика		
10.	Ритмика		
11.	Основы классического танца		
12.	Основы классического танца		
13.	Ритмика		
14.	Ритмика		
15.	Эстрадный танец		
16.	Эстрадный танец		
17.	Ритмика		
18.	Ритмика		

19.	Партерная гимнастика		
20.	Партерная гимнастика		
21.	Основы классического танца		
22.	Основы классического танца		
23.	Ритмика		
24.	Ритмика		
25.	Эстрадный танец		
26.	Эстрадный танец		
27.	Игровая деятельность		
28.	Игровая деятельность		
29.	Основы классического танца		
30.	Основы классического танца		
31.	Постановочная деятельность		
32.	Постановочная деятельность		
33.	Основы классического танца		
34.	Основы классического танца		
35.	Ритмика		
36.	Ритмика		
37.	Партерная гимнастика		
38.	Партерная гимнастика		
39.	Постановочная деятельность		
40.	Постановочная деятельность		
41.	Основы классического танца		
42.	Основы классического танца		
43.	Постановочная деятельность		
44.	Постановочная деятельность		
45.	Ритмика		

46.	Ритмика		
47.	Партерная гимнастика		
48.	Партерная гимнастика		
49.	Эстрадный танец		
50.	Эстрадный танец		
51.	Постановочная деятельность		
52.	Постановочная деятельность		
53.	Основы народного танца		
54.	Основы народного танца		
55.	Основы классического танца		
56.	Основы классического танца		
57.	Основы народного танца		
58.	Основы народного танца		
59.	Эстрадный танец		
60.	Эстрадный танец		
61.	Партерная гимнастика		
62.	Партерная гимнастика		
63.	Игровая деятельность		
64.	Игровая деятельность		
65.	Партерная гимнастика		
66.	Партерная гимнастика		
67.	Постановочная деятельность		
68.	Постановочная деятельность		
69.	Основы народного танца		
70.	Основы народного танца		
71.	Эстрадный танец		
72.	Эстрадный танец		

73.	Постановочная деятельность		
74.	Постановочная деятельность		
75.	Эстрадный танец		
76.	Эстрадный танец		
77.	Ритмика		
78.	Ритмика		
79.	Постановочная деятельность		
80.	Постановочная деятельность		
81.	Игровая деятельность		
82.	Игровая деятельность		
83.	Партерная гимнастика		
84.	Партерная гимнастика		
85.	Постановочная деятельность		
86.	Постановочная деятельность		
87.	Основы классического танца		
88.	Основы классического танца		
89.	Ритмика		
90.	Ритмика		
91.	Постановочная деятельность		
92.	Постановочная деятельность		
93.	Партерная гимнастика		
94.	Партерная гимнастика		
95.	Основы классического танца		
96.	Основы классического танца		
97.	Постановочная деятельность		
98.	Постановочная деятельность		
99.	Основы народного танца		

100.	Основы народного танца		
101.	Ритмика		
102.	Ритмика		
103.	Партерная гимнастика		
104.	Партерная гимнастика		
105.	Постановочная деятельность		
106.	Постановочная деятельность		
107.	Эстрадный танец		
108.	Эстрадный танец		
109.	Ритмика		
110.	Ритмика		
111.	Партерная гимнастика		
112.	Партерная гимнастика		
113.	Игровая деятельность		
114.	Игровая деятельность		
115.	Основы народного танца		
116.	Основы народного танца		
117.	Ритмика		
118.	Ритмика		
119.	Эстрадный танец		
120.	Эстрадный танец		
121.	Основы народного танца		
122.	Основы народного танца		
123.	Постановочная деятельность		
124.	Постановочная деятельность		
125.	Основы народного танца		
126.	Основы народного танца		

127.	Постановочная деятельность		
128.	Постановочная деятельность		
129.	Основы народного танца		
130.	Основы народного танца		
131.	Постановочная деятельность		
132.	Постановочная деятельность		
133.	Основы классического танца		
134.	Основы классического танца		
135.	Ритмика		
136.	Ритмика		
137.	Игровая деятельность		
138.	Игровая деятельность		
139.	Ритмика		
140.	Ритмика		
141.	Основы народного танца		
142.	Основы народного танца		
143.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Концерт.		
144.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Концерт.		

Рабочая программа
к ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЕ «Ритмика»
художественной направленности

2 курс обучения

По окончании программы **2 года обучения «Основной»** обучающиеся должны:

Знать:
- терминологию классического и народного танца;
- более подробные углублённые технические требования к исполнению элементов классического танца и фигур народного танца;
- легкого шага с носка на пятку;
-такт и затакт;
-подготовительные движения рук, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию;
-знать точки плана класса, их расположение.

Уметь:
- владеть центром тяжести тела;
- передать настроение танца в соответствие с характером музыки;
- добиваться результата в исполнении фигур, как соло, так и в паре, проявлять лидерские качества;

Приобретут навыки:
- самостоятельной работы (осознанной отработки технической точности и чистоты движений);
- выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- разбираться в средствах выразительности, выражать характер каждого танца через пластику, эмоции;
- артистичности, эмоциональности и выразительности;
- поддерживать друг друга в трудной ситуации, проявлять терпение при работе в коллективе.

Содержание программы обучения по курсу «Основной»

Тема1: Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения в зале, на перемене. Правила пожарной безопасности. Анкетирование. Обсуждение плана работы на год, определение задач. Форма одежды, прически. Расписание занятий.

Понятие о гигиене. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви.

Тема2: Партерная гимнастика.

Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений.

Практика: Каждое занятие по учебному предмету «Партерная гимнастика» включает разминку, комплексы упражнений на полу и релаксацию, которые связаны между собой (Приложение1). Партерный экзерсис позволяет достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц:

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.
2. Упражнения, развивающие подъем стопы.
3. Упражнения. Развивающие гибкость позвоночника.
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.
5. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава.
6. Упражнения, развивающие выворотность ног.

7. Упражнения, на растягивание мышц и связок и развитие танцевального шага.

Тема 3: Основы классического танца.

Теория: Понятия «постановка корпуса», «постановка головы». Понятие «красота» в применении к искусству танца.

Практика: Разучивание классических движений. Разучивание позиций рук: подготовительное положение, I, II, III позиции.

Движения на середине зала:

Battement tendu из I во II позицию;

Demi-plie из I и II позиций.

Releve по VI позиции, demi-plie по I и II позициям.

Battement tendu из I во II позицию.

Battement tendu et demi-plie из I и III позиций вперед, в сторону, назад.

Battement tendu jete (маленькие броски) из I и III позиций вперед и в сторону.

Rond de jambe par terre en dehors и en dedans по точкам, а затем слитно.

Passe par terre (проведение ноги по полу) вперед и назад через I позицию.

Port de bras (упражнения, слагающиеся из одновременного движения рук, корпуса,головы).

- прыжки по 1 и 2 позиции
- перегиб корпуса назад
- переход рук из одной позиции в другую
- повороты и наклоны головы

Вращение по диагонали.

Тема 4: Основы народного танца.

Теория: Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дроби на 1/8, гармошка, елочка, припадание, ковырялочка с притопами, высокая ковырялочка, веревочка (одинарная, двойная, с выносом ноги в стороны), моталочка.

Практическая работа: освоение движений народных танцев.

Тема 5: Эстрадный танец.

Теория: Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с одаренными учениками.

Тема 6: Бальный танец.

Теория: История происхождения «Медленного вальса». Знакомство с видами историко-бытового танца с его особенностями и манерой исполнения. Понятие спусков и подъемов, опорной и рабочей ног, выноса рабочей ноги, приставки, учебной рамки рук, учебное положение рук при исполнении движений по одному, баланса, растяжения позвоночника. Ритмический рисунок танца.
Практика:
Разучивание основного шага и элементов танца, соответствующих положений по одному и в паре (постановка корпуса, линии рук, ног), комбинаций и связок. Изучение поклона, шаг «Польки», вальсового шага, вальс в повороте, балансе, «лодочка», «окошко».
Разучивание основного шага и элементов танца «Рилио» (прыжки, подскоки, бег, хлопки); « Сударушка» (шаг с притопом, повороты в паре);
«Русские узоры» (основной ход, переходы в парах, воротца); «Полонез» (основной ход, переходы, перестроения в парах).

Тема 7 : Постановочная деятельность.
Теория: Разучивание танца.
Практика: Постановка концертных номеров, разработка и обсуждение сюжета танцевального номера. Работа над синхронностью. Совместное творчество педагога и обучающегося. Участие обучающихся в фестивалях, конкурсах, соревнованиях внутри учреждения.
Тема 8: Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.

Концерт.

Группа № 1

- Возраст обучающихся:
- Занятия проводятся 3 раза в неделю по следующему расписанию:

№ n/n	тема	Дата проведения	
		По плану	По факту
1.	Вводное занятие		
2.	Вводное занятие		
3.	Основы классического танца		
4.	Партерная гимнастика		
5.	Эстрадный танец		
6.	Эстрадный танец		

7.	Основы народного танца		
8.	Основы народного танца		
9.	Основы классического танца		
10.	Партерная гимнастика		
11.	Основы народного танца		
12.	Основы народного танца		
13.	Бальный танец		
14.	Бальный танец		
15.	Основы классического танца		
16.	Партерная гимнастика		
17.	Постановочная деятельность		
18.	Постановочная деятельность		
19.	Эстрадный танец		
20.	Эстрадный танец		
21.	Основы классического танца		
22.	Основы классического танца		
23.	Основы народного танца		
24.	Основы народного танца		
25.	Бальный танец		
26.	Бальный танец		
27.	Партерная гимнастика		
28.	Партерная гимнастика		
29.	Основы народного танца		
30.	Основы народного танца		
31.	Эстрадный танец		
32.	Эстрадный танец		
33.	Основы классического танца		

34.	Партерная гимнастика		
35.	Постановочная деятельность		
36.	Постановочная деятельность		
37.	Постановочная деятельность		
38.	Постановочная деятельность		
39.	Постановочная деятельность		
40.	Постановочная деятельность		
41.	Основы народного танца		
42.	Основы народного танца		
43.	Бальный танец		
44.	Бальный танец		
45.	Основы классического танца		
46.	Партерная гимнастика		
47.	Основы народного танца		
48.	Основы народного танца		
49.	Эстрадный танец		
50.	Эстрадный танец		
51.	Основы классического танца		
52.	Партерная гимнастика		
53.	Основы народного танца		
54.	Основы народного танца		
55.	Бальный танец		
56.	Бальный танец		
57.	Постановочная деятельность		
58.	Постановочная деятельность		
59.	Постановочная деятельность		
60.	Постановочная деятельность		

61.	Основы классического танца		
62.	Партерная гимнастика		
63.	Основы народного танца		
64.	Основы народного танца		
65.	Эстрадный танец		
66.	Эстрадный танец		
67.	Основы классического танца		
68.	Партерная гимнастика		
69.	Основы народного танца		
70.	Основы народного танца		
71.	Эстрадный танец		
72.	Эстрадный танец		
73.	Основы классического танца		
74.	Партерная гимнастика		
75.	Основы народного танца		
76.	Основы народного танца		
77.	Бальный танец		
78.	Бальный танец		
79.	Основы классического танца		
80.	Партерная гимнастика		
81.	Постановочная деятельность		
82.	Постановочная деятельность		
83.	Постановочная деятельность		
84.	Постановочная деятельность		
85.	Постановочная деятельность		
86.	Постановочная деятельность		
87.	Основы народного танца		

88.	Основы народного танца		
89.	Эстрадный танец		
90.	Эстрадный танец		
91.	Основы классического танца		
92.	Партерная гимнастика		
93.	Основы народного танца		
94.	Основы народного танца		
95.	Бальный танец		
96.	Бальный танец		
97.	Постановочная деятельность		
98.	Постановочная деятельность		
99.	Постановочная деятельность		
100.	Постановочная деятельность		
101.	Партерная гимнастика		
102.	Партерная гимнастика		
103.	Партерная гимнастика		
104.	Партерная гимнастика		
105.	Эстрадный танец		
106.	Эстрадный танец		
107.	Основы классического танца		
108.	Партерная гимнастика		
109.	Основы народного танца		
110.	Основы народного танца		
111.	Бальный танец		
112.	Бальный танец		
113.	Основы классического танца		
114.	Партерная гимнастика		

115.	Бальный танец		
116.	Бальный танец		
117.	Бальный танец		
118.	Бальный танец		
119.	Основы классического танца		
120.	Партерная гимнастика		
121.	Эстрадный танец		
122.	Эстрадный танец		
123.	Эстрадный танец		
124.	Эстрадный танец		
125.	Основы классического танца		
126.	Партерная гимнастика		
127.	Основы народного танца		
128.	Основы народного танца		
129.	Бальный танец		
130.	Бальный танец		
131.	Основы классического танца		
132.	Партерная гимнастика		
133.	Основы народного танца		
134.	Основы народного танца		
135.	Эстрадный танец		
136.	Эстрадный танец		
137.	Основы классического танца		
138.	Партерная гимнастика		
139.	Постановочная деятельность		
140.	Постановочная деятельность		
141.	Постановочная деятельность		

142.	Постановочная деятельность		
143.	Постановочная деятельность		
144.	Постановочная деятельность		
145.	Основы классического танца		
146.	Партерная гимнастика		
147.	Основы классического танца		
148.	Партерная гимнастика		
149.	Основы народного танца		
150.	Основы народного танца		
151.	Основы классического танца		
152.	Партерная гимнастика		
153.	Основы народного танца		
154.	Основы народного танца		
155.	Бальный танец		
156.	Бальный танец		
157.	Основы классического танца		
158.	Партерная гимнастика		
159.	Основы народного танца		
160.	Основы народного танца		
161.	Эстрадный танец		
162.	Эстрадный танец		
163.	Основы классического танца		
164.	Партерная гимнастика		
165.	Основы народного танца		
166.	Основы народного танца		
167.	Основы классического танца		
168.	Основы классического танца		

169.	Основы классического танца		
170.	Партерная гимнастика		
171.	Основы народного танца		
172.	Основы народного танца		
173.	Эстрадный танец		
174.	Эстрадный танец		
175.	Основы классического танца		
176.	Партерная гимнастика		
177.	Основы классического танца		
178.	Основы классического танца		
179.	Эстрадный танец		
180.	Эстрадный танец		
181.	Основы классического танца		
182.	Партерная гимнастика		
183.	Основы народного танца		
184.	Основы народного танца		
185.	Бальный танец		
186.	Бальный танец		
187.	Основы классического танца		
188.	Партерная гимнастика		
189.	Бальный танец		
190.	Бальный танец		
191.	Основы классического танца		
192.	Партерная гимнастика		
193.	Основы классического танца		
194.	Партерная гимнастика		
195.	Основы народного танца		

196.	Основы народного танца		
197.	Бальный танец		
198.	Бальный танец		
199.	Постановочная деятельность		
200.	Постановочная деятельность		
201.	Основы народного танца		
202.	Основы народного танца		
203.	Основы классического танца		
204.	Партерная гимнастика		
205.	Постановочная деятельность		
206.	Постановочная деятельность		
207.	Постановочная деятельность		
208.	Постановочная деятельность		
209.	Основы классического танца		
210.	Партерная гимнастика		
211.	Основы народного танца		
212.	Основы народного танца		
213.	Постановочная деятельность		
214.	Постановочная деятельность		
215.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Концерт.		
216.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Концерт.		