

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КАВКАЗСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8

«РАССМОТРЕНО»
на педагогическом совете
Протокол №1
от 30.08.2024

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УВР
Доценко Е.М.

«УТВЕРЖДЕНО»
Директор школы
Дмитриенко Н.С.

Приказ № 186-п
От 30.08.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ СТУДИЯ «РИТМ»

Направленность программы туристско-краеведческая,
Уровень программы стартовый
Возраст обучающихся 7-17 лет
Срок реализации программы 1 год

Составитель: педагог дополнительного образования
Кушмилева Кристина Владимировна
Учитель начальных классов
Педагог дополнительного образования

Кавказское 2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей 6 – 18 лет «Танцевальная студия «Ритм» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Танцевальная студия «Ритм» является программой художественно-эстетической направленности.

Ориентирована на развитие выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Новизна программы

Новизна программы заключается в сочетании как групповых, так и индивидуальных занятий с детьми, введение театральных игровых методик для решения психологических проблем учащихся.

Актуальность программы

Танцевальная студия в образовательной организации является компонентом воспитательной системы, площадкой для самореализации детей, местом приобретения опыта самостоятельной социально-значимой деятельности. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ,

сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Программа танцевальной студии – приобщает детей к музыкальному искусству через танец, самый доступный для всех детей, активный вид музыкальной деятельности. Нет сомнений, что наряду с эстетической важностью и художественной ценностью, танец является одним из факторов психического, физического и духовного исцеления детей, а значит, помогает решить задачу охраны здоровья детей. А это очень важный фактор при работе с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

Отличительная особенность программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что позволяет в условиях дополнительного образования расширить возможности ребенка этой области является то, что она адаптирована для детей с разным уровнем хореографической подготовки и детей, имеющих психологические проблемы из-за трудной жизненной ситуации, в которой они оказались.

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся 7 – 17 лет (две группы: 7-11 лет, 12-17 лет). Все учащиеся 7 – 17 лет готовят различные танцевальные номера.

Количество обучающихся в группе: до 15 человек.

Для зачисления в объединение специальных знаний и подготовки не требуется. Работа строится с учетом возрастного критерия по принципу поэтапной реализации действующей программы.

Программа дает распределение учебных часов по разделам программы и рекомендуемую последовательность изучения с учетом межпредметных связей.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения, 34 учебных недели..

Форма обучения

Занятия проводятся в очной форме, но также применяются и дистанционные технологии обучения.

Содержание и формы работы учащихся способствуют активизации личностного потенциала школьников, приобретению ими социального опыта.

Специфика организации занятий по программе заключается во взаимосвязанности краеведческой и музееведческой составляющих курса. Осуществление такого подхода создаёт условия для комплексного изучения истории, культуры и природы.

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (2 занятия по 40 минут с 10-минутным перерывом).

Уровень программы

Стартовый (темы в группах дублируются).

Цель программы

Развития творческих способностей обучающихся, с помощью приобщения их к общей эстетической и танцевальной культуре, к искусству хореографии включая ознакомление с источниками танцевальной культуры, самобытностью танцев, с их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий.

Задачи программы

Обучающие:

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту.

Развивающие:

- развитие умения взаимодействовать с коллективом как ровесников, так и детей старше или младше возрастом.
- развитие артистических, эмоциональных качеств у детей средствами танцевальных занятий.
- развитие артистических способностей.
- развитие внимательности и наблюдательности, творческого воображения и фантазии через постановки и упражнения.

Воспитательные:

- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- развивать чувства гармонии, чувства ритма;
- совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности.
- воспитание любви к музыке и спорту. Привитие навыков здорового образа жизни.

Содержание программы
Учебный план

Раздел	Содержание тем программы
1. Ритмика	<p>1. <u>Ритмические упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- упражнения на дыхание;- физиологическая разминка по принципу сверху вниз. <p>2. <u>Упражнения на ковриках:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание;- лежа на спине – поднятие ног, махи ногами;- сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины;- статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p>3. <u>Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- движения в образах;- пантомима. <p>4. <u>Упражнения на пластику и расслабление:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- пластичные упражнения для рук;- наклоны корпуса в координации с движениями рук;- напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. <p>5. <u>Пространственные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- продвижения с прыжками, бег, поскоки;- перестроение из одной фигуры в другую. <p>6. <u>Ритмические комбинации:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- связки ритмичных движений;- этюды;- танцевальная импровизация.
2. Элементы классического танца	<p>1. <u>Постановка корпуса, позиции ног</u> (I, II, III, IV, V), <u>позиции рук</u> (I, II, III, подготовительная) в центре зала, <u>поклон</u> (усложнение).</p> <ul style="list-style-type: none">- плие;- пор-де-бра.

	<p><u>2. Упражнения на середине зала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания и полуприседания; - поднимание стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. <p><u>3. Прыжки, верчения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. <p><u>4. Комбинации движений классического танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; - координация рук и ног в исполнении движений на середине.
<p>3. Элементы русского народного танца</p>	<p><u>1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</u></p> <p><u>2. Основные танцевальные движения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. <p><u>3. Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u></p>
<p>4. Элементы бального та</p>	<p><u>1. Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</u></p> <p><u>2. Основные элементы бального танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. <p><u>3. Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</u></p>

5.Элементы национальн танца	<u>1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u> <u>2. Основные танцевальные движения.</u> <u>3. Композиции национального танца (ирландский танец)</u> - связка отдельных элементов в свободные композиции.
6.Постановочно-репетиционная работа	<u>1. Изучение движений танцевального номера;</u> <u>2. Отработка движений танцевального номера;</u> <u>Соединение движений в комбинации;</u> <u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u> <u>Репетиционная работа.</u>

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие

Теория. Знакомство в игровой форме с одним из видов искусства – хореографией. Рассказ о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

Раздел 1. Теоретические основы хореографии.

Тема 1. Танец сегодня

Теория. Беседы знакомят с популярными танцевальными группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве, рассказывают о выдающихся танцорах нашего времени.

Тема 2. Азбука классического танца.

Теория.

- Изучение классические термины «па»

Практика.

- Позиции рук

-Позиции и ног

Раздел 2. Практика сценического движения.

Тема 1. Ритмика.

Практика.

- Ритмические упражнения

- Маршевая и танцевальной музыка

Тема 2. Игровые технологии.

Практика.

- Музыкальные игры

- Сюжетно - ролевые игры

- Подвижные игры

- Общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе,
- Игры на развитие слуха
- Игры на развитие чувства ритма
- Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию
- Игры на развитие актёрского мастерства

Тема 3. Интегрированные занятия.

Практика.

- Прослушивание мелодии, выражение возникших ощущений или через рисунок
- Прослушивание мелодии, выражение возникших ощущений или через художественное слово

Раздел 3. Повышение выносливости и уровня физической активности.

Тема 1. Общеразвивающие упражнения

Практика.

- Укрепление и активизация мышц брюшного пресса и нижней части живота.
- Правильное положение корпуса: прямая спина, поднятая голова.
- Рациональное распределение воздуха.
- Упражнения для развития быстроты.
- Упражнения для развития ловкости.
- Упражнения для развития силы.
- Упражнения для развития специальной выносливости.
- Упражнения для развития гибкости.

Тема 2. Индивидуальные занятия

Практика. Дополнительные занятия с детьми, отстающими по физическому развитию от уровня группы, коррекция и развитие специальной выносливости.

Раздел 4. Постановочно-репетиционные занятия.

Тема 1. Репетиционно-постановочная работа.

Практика.

- Разработка идеи музыкального номера
- Подбор музыкального оформления
- Разучивание движений
- Постановка рисунка танца
- Разработка костюмов
- Создание костюмов

Тема 2. Итоговые занятия и досуговые мероприятия.

Практика.

- Участие в школьных концертах
- Участие в районных мероприятиях
- Участие в городских конкурсах
- Поездки на танцевальные шоу-программы.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.
- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Предметные результаты:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Формы аттестации и оценочные материалы

Текущий контроль проводится в течение учебного года в различных формах:

участие в школьных праздниках, фестивалях, окружных мероприятиях.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамоты, журнал посещаемости, фото.

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса. Очно.

Методы обучения.

Методы проведения занятий разнообразны и зависят от общего кругозора школьников, способности работать творчески, самостоятельно на том или ином этапе обучения.

Словесные: изложение учителем теоретического материала.

Практические: фотографирование, показ движений.

Наглядные: изучение при непосредственном наглядном представлении материала.

Методы стимулирования: создание ситуации занимательности, личностной значимости, поощрения, конкурсы, мероприятия; лично-ориентированный подход.

Познавательные: получение первоначальных представлений о родном крае

На занятиях применяются здоровье сберегающие технологии: наблюдение за осанкой и позой учащихся и их чередованием в зависимости от характера выполняемой работы; чередование различных методов обучения: словесный, наглядный, аудиовизуальный, индивидуальная, групповая работа и др.; организация перерывов через каждые 45 минут с проветриванием кабинета;

Формы организации учебного занятия

Фронтальная форма предусматривает подачу учебного материала всему коллективу учеников. Индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу с выполнением различных движений, упражнений (учащиеся выполняют задания индивидуально или в малых группах, в течение части занятия или одного двух занятий);

Педагог содействует выработке навыков самостоятельной работы. В ходе групповой работы учащимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность с учетом возможности каждого на конкретном этапе деятельности на основе принципа взаимозаменяемости.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные документы в сфере дополнительного образования детей

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013 – 2020 годы.
4. Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012–2017 годы. Утв. Указом Президента РФ от 1 июня 2012 года № 761.

5. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014–2015 учебном году»
6. Приказ Департамента образования г. Москвы от 08.09.2015 г. № 2074 "О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922".
7. Концепция развития дополнительного образования детей. Утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р.
8. План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей. Утв. распоряжением Правительства РФ от 24.04.2015 г., № 729-р.
9. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14. Утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41.
10. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008.

Методическая литература

1. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 2011.
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника.-М: издательство «Один из лучших», 2008 г.
3. Никитин В.Ю. Модерн-продолжение обучения.-М: издательство «Один из лучших», 2010 г.
4. Валукин М.Е. Эволюция движений в мужском классическом танце. М.: ГИТИС, 2006.

Интернет-ресурсы

1. Все о хореографии <http://diarydance.com/>
2. Все для хореографов и танцоров <http://www.horeograf.com/>
3. Бесплатная танцевальная музыка. <http://balletmusic.ru/>

Календарно-тематический план

Младшее звено

№ урока	Раздел, тема урока	Кол- во часов	Сроки	Изменения
	<u>Ритмика</u>	28		
1	Упражнения на дыхание	2	3.09	
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	2	4.09	
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	2	10.09	
4	Поднимание ног, махи ногами	2	11.09	
5	Движения в образах	2	17.09	
6	Пантомима	2	18.09	
7	Пластичные упражнения	2	24.09	
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	2	25.09	
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	2	1.10	
10	Перестроение из одной фигуры в другую	2	2.10	
11	Ритмические движения	2	8.10	
12	Импровизация	2	9.10	
13	Ритмические комбинации: этюды	2	15.10	
14	Связка танцевальных движений	2	16.10	
	<u>Элементы классического танца</u>	36		
15	Постановка корпуса, поклон	2	22.10	
16	Позиции рук, ног	2	23.10	
17	Приседания	2	29.10	
18	Полуприседания	2	30.10	
19	Поднимание стопы на полупальцы	2	11.11	
20	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	2	12.11	
21	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	2	19.11	
22	Понятие «Точка»	2	20.11	

23	Верчения на середине зала, в диагонали	2	26.11	
24	Прыжки на месте в координации с движениями рук	2	27.11	
25	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	2	3.12	
26	Движения классического танца	2	4.12	
27	Этюд	2	10.12	
28	Координация движений рук в исполнении прыжков	2	11.12	
29	Координация движений ног в исполнении прыжков	2	17.12	
30	Координация движений рук в исполнении верчений	2	18.12	
31	Координация движений ног в исполнении верчений	2	24.12	
32	Координация рук и ног в исполнении движений на середине	2	25.12	
33	<u>Элементы русского народного танца</u> Постановка корпуса, поклон	32 2	14.01	
34	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	2	15.01	
35	Шаг с притопом, бег	2	21.01	
36	Притопы- одинарный, двойной, тройной	2	22.01	
37	Построение в круг.	2	28.01	
38	Движения по кругу	2	29.01	
39	«Ковырялочка»	2	04.02	
40	«Моталочка»	2	05.02	
41	«Гармошка»	2	11.02	
42	Повороты	2	12.02	
43	Прыжки	2	18.02	
44	Комбинации	2	19.02	
45	Построение в фигуры (рисунок)	2	25.02	
46	Отработка движений танца «Плясовая»	2	26.02	

47	Соединение движений танца в комбинации	2	04.03	
48	Постановка танца «Плясовая»	2	05.03	
49	<u>Элементы бального танца</u> Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	40 2	11.03	
50	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	2	12.03	
51	Свободная композиция (работа в паре)	2	18.03	
52	Изучение движений танца «Вальс»	2	19.03	
53	Отработка движений танца «Вальс»	2	01.04	
54	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	2	02.04	
55	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	2	08.04	
56	Постановка танца «Вальс»	2	09.04	
57	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	2	15.04	
58	Приставные шаги. Прыжки	2	16.04	
59	Повороты	2	22.04	
60	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	2	23.04	
61	Приставные шаги. Прыжки	2	29.04	
62	Повороты	2	30.04	
63	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	2	06.05	
64	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	2	07.05	
65	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	2	13.05	
66	Постановка танца «Рок-н-ролл»	2	14.05	
68	Постановка корпуса	2	20.05	
69	Движения ногами	2	21.05	

Календарно-тематический план

Среднее – старшее звено

№ урока	Раздел, тема урока	Кол- во часов	Сроки	Изменения
	<u>Ритмика</u>	28		
1	Упражнения на дыхание	2	3.09	
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	2	4.09	
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	2	10.09	
4	Поднимание ног, махи ногами	2	11.09	
5	Движения в образах	2	17.09	
6	Пантомима	2	18.09	
7	Пластичные упражнения	2	24.09	
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	2	25.09	
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	2	1.10	
10	Перестроение из одной фигуры в другую	2	2.10	
11	Ритмические движения	2	8.10	
12	Импровизация	2	9.10	
13	Ритмические комбинации: этюды	2	15.10	
14	Связка танцевальных движений	2	16.10	
	<u>Элементы классического танца</u>	36		
15	Постановка корпуса, поклон	2	22.10	
16	Позиции рук, ног	2	23.10	
17	Приседания	2	29.10	
18	Полуприседания	2	30.10	
19	Поднимание стопы на полупальцы	2	11.11	
20	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	2	12.11	
21	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	2	19.11	

22	Понятие «Точка»	2	20.11	
23	Верчения на середине зала, в диагонали	2	26.11	
24	Прыжки на месте в координации с движениями рук	2	27.11	
25	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	2	3.12	
26	Движения классического танца	2	4.12	
27	Этюд	2	10.12	
28	Координация движений рук в исполнении прыжков	2	11.12	
29	Координация движений ног в исполнении прыжков	2	17.12	
30	Координация движений рук в исполнении верчений	2	18.12	
31	Координация движений ног в исполнении верчений	2	24.12	
32	Координация рук и ног в исполнении движений на середине	2	25.12	
33	<u>Элементы русского народного танца</u> Постановка корпуса, поклон	32 2	14.01	
34	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	2	15.01	
35	Шаг с притопом, бег	2	21.01	
36	Притопы- одинарный, двойной, тройной	2	22.01	
37	Построение в круг.	2	28.01	
38	Движения по кругу	2	29.01	
39	«Ковырялочка»	2	04.02	
40	«Моталочка»	2	05.02	
41	«Гармошка»	2	11.02	
42	Повороты	2	12.02	
43	Прыжки	2	18.02	
44	Комбинации	2	19.02	
45	Построение в фигуры (рисунок)	2	25.02	
46	Отработка движений танца	2	26.02	

	«Плясовая»			
47	Соединение движений танца в комбинации	2	04.03	
48	Постановка танца «Плясовая»	2	05.03	
	<u>Элементы бального танца</u>	40		
49	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	2	11.03	
50	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	2	12.03	
51	Свободная композиция (работа в паре)	2	18.03	
52	Изучение движений танца «Вальс»	2	19.03	
53	Отработка движений танца «Вальс»	2	01.04	
54	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	2	02.04	
55	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	2	08.04	
56	Постановка танца «Вальс»	2	09.04	
57	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	2	15.04	
58	Приставные шаги. Прыжки	2	16.04	
59	Повороты	2	22.04	
60	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	2	23.04	
61	Приставные шаги. Прыжки	2	29.04	
62	Повороты	2	30.04	
63	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	2	06.05	
64	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	2	07.05	
65	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	2	13.05	
66	Постановка танца «Рок-н-ролл»	2	14.05	
68	Постановка корпуса	2	20.05	
69	Движения ногами	2	21.05	

