

ДЕЛО № 07-05

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
«ВЫБОРГСКИЙ РАЙОН» ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
Комитет образования
администрации муниципального образования
«Выборгский район» Ленинградской области

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕ-
ЖДЕНИЕ
«ЦВЕЛОДУБОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета
протокол от 30.08.2016 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
МБОУ «Цвелодубовская ООШ»
от 30.08.2016 г. № 37 -о/д

Дополнительная общеразвивающая программа
художественно-эстетической направленности.

«Хореография»

1-9 класс

Педагог дополнительного образования: Федорова А.А.

п.Цвелодубово
2016-2017 уч.год

Содержание:

1.Пояснительная записка.....	2
2.Учебно-тематический план 1 года обучения хореографического коллектива.....	4
3. I год Обучения.....	5
4.Ожидаемые результаты по программе.....	9
5.Обеспечение программы.....	10
6.Список литературы.....	11

Дополнительная общеразвивающая программа художественно-эстетической направленности «Хореография» разработана на основе: Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р), Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Актуальность.

В танцевальном коллективе дети изучают различные дисциплины (классический танец, народный танец, современный танец). Участвуют в концертах, фестивалях района, города. Находясь среди сверстников, ребята учатся жить в коллективе, общаться друг с другом. Занятие в студии развивают творческие, интеллектуальные, эмоциональные, физические способности. Занятие хореографическим искусством развивает общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость, выворотность, гибкость, правильную осанку, координацию движений). У детей повышается сопротивляемость к простудным заболеваниям. Развиваются творческие способности – танцевальные данные (ритмичность, музыкальность, артистичность, эмоциональная выразительность). Хореографическое искусство воспитывает трудолюбие, терпение, взаимовыручку.

Интеллектуальное развитие происходит по мере изучения танцевального материала.

Дети знакомятся с терминологией на французском языке, культуры народов мира. Учатся на конкурсах видеть результат творчества других танцевальных коллективах, объективно оценить свое и чужое выступление.

Как правило, дети, которые занимаются в творческих коллективах, легче адаптируются в повседневной жизни.

Программа носит системный характер и включает в себя комплекс знаний, умение и навыков, освоив которые, учащейся приобретает опыт творческой деятельности.

Цель программы.

Развитие танцевальных способностей детей, через овладение, умениями и навыками танцевального искусства. Формирование разносторонней развитой личности.

Задачи.

Образовательные:

1. Обучать навыкам танцевального мастерства.
2. Сформировать музыкально-ритмические навыки.
3. Научить правильному дыханию во время танцевальных движений.
4. Изучение специальной терминологии.

Развивающие:

1. Развить эмоциональные качества у детей средствами хореографии.
2. Развить артистические способности.
3. Развить координацию, гибкость, пластичность.
4. Развить внимательность и наблюдательность, фантазию через упражнения и этюды.
5. Физическое развитие.

Воспитательные:

1. Воспитывать чувство доброжелательности, товарищества.
2. Воспитывать чувство ответственности.
3. Приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.
4. Воспитание культурной манеры поведения.

5. Развитие у детей способности к самостоятельной и коллективной работе.

Условия реализации программы.

Данная программа предназначена для детей 7-15 лет, рассчитана на 1 год обучения.

Для данной программы не предполагается определенного отбора детей, принимаются все желающие, независимо от танцевальных способностей.

Занятия проводятся:

1-й год обучения: 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Деятельность детей осуществляется по возрастным группам. Списочный состав каждой группы формируется с учетом возраста, санитарных норм (медицинская справка о состоянии здоровья).

Формы проведения занятий.

1. Урок
2. Беседа
3. Объяснение
4. Игры
5. Практический показ
6. Репетиция
7. Концерт
8. Импровизационная фантазия
9. Праздник
10. Фестиваль
11. Конкурс
12. Интегрированные занятия

Форма подведения итогов.

1. Открытые занятия 2 раза в год.
2. Контрольные занятия апрель-май.
3. Отчетный концерт апрель-май.

Методы обучения.

1. Словесный:
Объяснение музыкального сопровождения, история рождения танца, обсуждение концертных выступлений.
2. Наглядный:
Показ упражнений, просмотр видеоматериалов с танцами
3. Практический:
Практический метод используется в форме урока, репетиции, постановочная работа, концерт.

Учебно-тематический план 1 год обучения хореографического коллектива

№	Тема занятий	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Азбука музыкального движения	32	4	28
3	Элементы классического танца	30	2	28
4	Элементы <i>Par terre</i> - гимнастика	38	4	34
5	Постановочная работа	8	4	4
6	Репетиционная работа	9	-	9
7	Концертная деятельность	8	-	8
8	Организационно-педагогическая	2	-	2
9	Народный танец	14	2	12
10	Итоговое занятие	2	-	2
	ИТОГО:	144	17	127

I год обучения

Содержание программы.

Ребенок на первом году обучения начинает серьезно знакомиться с искусством хореографии. Очень важно заинтересовать его. От этого зависит успех дальнейшего процесса обучения.

Идет освоение таких процессов как:

- вводное занятие
- азбука музыкального движения;
- классический танец;
- партерная гимнастика или партерный тренаж;
- постановочная деятельность;
- репетиционная деятельность;
- организационно-педагогическая;

Учащиеся знакомятся и осваивают азы хореографии, слушают музыку и считают под музыку, вырабатывают профессиональные данные (эластичность мышц, выворотность, шаг, прыжок, гибкость).

Вводное занятие.

Проводится инструктаж по технике безопасности:

1. Правила поведения на уроке.
2. Правило дорожного движения (из школы домой).
3. Беседа о коллективе, о том, чем будут заниматься дети.

1. Азбука музыкального движения

Этот раздел знакомит ребенка с точками зала, с различными перестроениями из линии в колонки, из одного рисунка в другой с возвращением в первоначальный рисунок. Все это исполняется под музыку. Осваивается музыкальный ритм $\frac{1}{4}$, $\frac{2}{4}$, $\frac{4}{4}$, сильные и слабые доли в музыке (в виде игры – «хлопки», «притопы»). Формируется понимание зависимости движения от характера музыки.

2. Классический танец (движения классического танца)

Основной задачей учебного года является постановка корпуса, ног, рук, и головы, овладение первыми навыками координации движений.

В начале проводить занятия следует на середине класса для того, чтобы ученики смогли правильно ощутить постановку корпуса. Дети должны почувствовать и достичь устойчивости своего тела без помощи станка и добиться небольшой выворотности ног, мышечной организованности тела, без какого-либо напряжения.

Экзерсис на середине зала:

1. понятие классический танец
2. поклон. M/p-4/4.
3. понятие середина, палка (станок) allegro.

4. точки зала.
5. постановка корпуса на середине зала при неполной выворотности в I позиции ног.
6. изучение позиций рук: I, II, III. М/р.- 4/4
7. _подготовительное положение рук. М/р.- 4/4
8. позиции ног I, II, III. Б/р-4/4
9. I port de bras с остановками (паузами). М/р-4/4
10. понятие положения корпуса infuse и epaulment s
11. сгибание ног в коленном суставе М/п-2/4.
12. бег на месте с продвижением вперед – М/р.- 2/4
- а). Ноги, сгибаясь в коленном суставе, поднимаются коленом вверх.
- б) ноги, сгибаясь в коленном суставе, пятками достигают до ягодичных мышц.
13. беговым движением (вариант «а» или «б») образовать линию, круг с возвращением обратно в линию. М/р.- 2/4.
14. подскоки на месте, вокруг себя, по диагонали М/р.- 2/4
15. Боковой галоп из точки 7 в точку 3, из точки 5 в точку 8, из точки 6 в точку 2.
16. трамплинные прыжки по IV позиции.
17. наклоны корпуса вперед, в сторону, назад. М/р.- 4/4, М/р2/4.

Экзерсис у палки:

1. постановка корпуса. М/р.- 4/4
2. позиции ног I, II, III. М/р-4/4
3. Demi plie лицом к палке по I, II, III позиции (I полугодие), V позиция (II полугодие). М/р.- 4/4
4. Battement tendu вперед, в сторону, назад из I позиции, позднее из V позиции. М/р.- 2/4
5. Battement tendu jete вперед, в сторону, назад (из I позиции, V позиции). М/р.- 4/4
6. Passé par terre. М/р.- 4/4
7. Rond de jambe par terre. М/р.- 4/4 или М/р.- 3/4
8. Rond de jambe par terre на demi plie.
9. положение ноги на sir le sou-de-pied (спереди и сзади). М/р.- 2/4
10. Battement fondu. М/р.- 4/4
11. Releve' lent на 45°. М/р.- 4/4
12. Releve (поднимание на полупальцы). М/р.- 4/4 М/р.- 2/4
13. Balance (покачивание). М/р.- 2/4
14. Pas de bourree (переступание). М/р.- 3/4

Allegro

1. Sauté по I позиции ног лицом к станку. М/р.- 2/4
2. Sauté по V позиции ног лицом к станку. М/р.- 2/4
3. Sauté по V и I позиции на середине зала. М/р.- 2/4
4. Трамплинные прыжки по VI позиции ног на середине зала (с различными акцентами). М/р.- 2/4

3. Партерный экзерсис на небольшом коврикe.

1. упражнения для стоп: вытянуть подъем ног, а потом сократить его (в положении лежа на спине). М/р.- 2/4

2. Упражнение для выворотности: стопы ног из позиции VI разводятся в стороны до I позиции, а потом возвращаются в исходное положение. М/р.- 2/4
3. Лягушка в положении сидя. М/р.- 4/4
для развития шага: М/р.- 4/4
 - поднимание ног из положения лежа;
 - ноги разведены в стороны, наклоны корпуса в низ, стараясь животом и грудью достать пол, руки вытянуты в перед;
 - наклоны корпуса в сторону (через бок) из положения сидя, ноги раскрыты на широкую II позицию.
4. Прогиб корпуса назад (из положения лежа на животе) ноги вместе по VI позиции. М/р.- 4/4
 - Прогиб корпуса назад (из положения лежа на животе) ноги вместе по II позиции. М/р.- 4/4
 - «мостик» в положении лежа на животе. М/р.- 4/4.

4. Народно- характерный танец.

В этом году обучения даются основные понятия народно- характерного танца. Проучиваются народные движения, которые в дальнейшем встречаются в репертуаре коллектива и которые нужны будут для составления комбинаций.

Дети знакомятся с культурой той или иной национальности.

На занятиях используется показ педагога и иллюстративный материал, видеоматериал.

Экзерсис на середине зала

1. знакомство с понятием народный «танец».
2. прямые позиции ног: I, II, III.
3. понятие: каблук, носок.
4. приставные шаги.
5. притопы.
6. двойные притопы
7. ход по линиям, по кругу, по диагонали с изменением музыкального ритма. М/р.- 4/4, М/р.- 2/4
8. Четкий ход на месте с подниманием ноги, сгибая ее в коленном суставе, колено направлено вверх. М/р.- 2/4
9. ход с продвижением вперед, назад, вокруг себя, в сторону.
10. подскоки на месте, вокруг себя (по точкам зала), по диагонали, с продвижением вперед, назад. М/р.- 2/4.
11. открывание рук в сторону- II позиция и возвращение их в исходное положение. М/р.- 2/4.
12. Demi plie по VI позиции. М/р.- 2/4.
13. Releve по VI позиции ног. М/р.- 3/4, М/р.- 2/4.
14. соскок на II позицию, VI позицию ног. М/р.- 2/4.
15. тройные притопы.
16. чередование 2х и 3х притопов в пол. М/р.- 2/4.

Движения русского танца:

1. тройной русский ход. М/р.- 4/4.
2. боковые приставные шаги. М/р.- 2/4.
3. приставные шаги с выносом ноги на каблук в сторону. М/р.- 2/4.
4. «ковырялочка» с притопом в VI позиции. М/р.- 2/4.
5. «ковырялочка» с тройным притопом в VI позиции. М/р.- 2/4.

- удар правой ногой - подскок на левой ноге и 2 мя ударами в пол (правой и левой ногой). М/р.- 2/4.

Изучение движений «белорусского танца»:

- бег с выбрасыванием ноги вперед. М/р.- 2/4.
- соскок по II позиции. М/р.- 2/4.
- тройной соскок- притоп. М/р.- 2/4.
- «присюды» в IV позиции. М/р.- 4/4.
- «ковырялочка на небольшом прыжке. М/р.- 2/4.
- соскок во II позицию по точке вокруг себя. М/р.- 2/4

5. Постановочно-репетиционная деятельность.

На первом году обучения учащиеся знакомятся с постановочной деятельностью на уроках народно- характерного танца, который выражается в этюдах. Отрабатываются этюдные танцевальные формы на пройденный материал.

6. Организационно-педагогическая деятельность.

Этот раздел включает в себя посещение отчетных концертов других детских коллективов, детских ансамблей. Посещение балетного спектакля или просмотр его на видеокассете.

Знакомство с историей хореографического искусства, просмотр балета «Щелкунчик». Музыка П. Чайковского, постановка Л. Иванова.

Беседы:

- зарождение танцевального искусства.
- танец на Руси
- скоморохи

7. Репетиционная работа.

Освоение правильного исполнения техники движений, запоминаний этюдов, композиций, танца путем многократного повторения. Работа над художественным образом.

8. Концертная деятельность.

Участие в отчетных концертах и открытых уроках.

Знания, умения и навыки I года обучения.

В течение года дети изучают движения программы I года обучения.

На открытом занятии, которое проводится в первом полугодии и в конце года, дети показывают освоение программы. В конце года они исполняют русский и белорусский этюды, построенные на элементах, которые даны в программе.

Критерии и форма оценки знаний.

Два раза в год для родителей проводятся открытые уроки, где дети показывают приобретенные знания, умения и навыки. Так же оценка знаний проводится по карте результатов освоения программы.

Ожидаемые результаты по программе

1. Знать правило и четко исполнять основные упражнения классического танца.
2. Эмоционально и выразительно исполнять движения, сохранять танцевальную осанку, выворотность.
3. Знать и слышать темпы в музыке.
4. Уметь исполнять движения на мелодию с затактом.
5. Слышать, понимать значение вступительных и заключительных аккордов.
6. Различать танцевальные ритмы и мелодии в произведениях композиторов-классиков, современных композиторов.
7. Знать правила исполнения народного танца.
8. Уметь танцевать простейший русский, украинский, белорусский и прибалтийские танцы.
9. Владеть терминологией классического танца (на французском языке).
10. Уметь выражать в пластике содержание музыки.
11. Импровизировать на темы классической, народной и современной музыки.

Формами оценками качества знаний учащихся служит:

1. Открытые занятия для родителей.
2. Периодические проверки знаний сдачи этюдов, объяснения правил исполнения какого - либо движения.
3. Отчетный концерт.
4. Участия в фестивалях и конкурсах, смотрах.

Педагогическая диагностика:

1. Уровень музыкальности и чувства ритма.
2. Уровень развития координации.
3. Умение быть внимательным и собранным.

Обеспечение программы

Материальное обеспечение программы

Просторный светлый зал с зеркалами;
« станки» (палки), закрепленные на стене металлическими кронштейнами (расстояние от пола до нижней палки- 80 см, до верхней 100 см);
Магнитофон;
Костюмы.

Методическое обеспечение

Иллюстрированный материал (журналы, книги, фотографии); музыкальное сопровождение.

Кадровое обеспечение

Балетмейстер- постановщик;
Костюмер

Календарно-тематическое планирование.

№ занятия	Тема занятия, краткое содержание		Дата
	Младшая группа (1-4 кл)	Старшая группа (5-9 кл)	
1	Вводное занятие. Беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые и ритмические упражнения	Вводное занятие. Беседа, анкетирование родителей, диагностические танцевальные и игровые упражнения	02.09.2016
2	Азбука музыкального движения. Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног.	Азбука музыкального движения. Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног.	05.09.2016
3	Азбука музыкального движения. Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала.	Азбука музыкального движения. Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала.	09.09.2016
4	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной	12.09.2016

	рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", прослушивание музыки, счет ритма, основные шаги.	шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", прослушивание музыки, счет ритма, основные шаги.	
5	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", прослушивание музыки, счет ритма, основные шаги.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", прослушивание музыки, счет ритма, основные шаги.	16.09.2016
6	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", прослушивание музыки, счет ритма, основные шаги.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", прослушивание музыки, счет ритма, основные шаги.	19.09.2016
7	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные	23.09.2016

	-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	
8	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног.Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	26.09.2016
9	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног.Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	30.09.2016
	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение	

10	ос новных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	03.10.2016
11	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	07.10.2016
12	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.	10.10.2016
13	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и	14.10.2016

	<p>линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.</p>	<p>повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.</p>	
14	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "Буги-Вуги", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Постановка танца "За стеклом", изучение движений танца, работа в парах, перестроения.</p>	17.10.2016
15	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца.</p>	21.10.2016
16	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение</p>	24.10.2016

	<p>движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца.</p>	<p>танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца.</p>	
17	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца.</p>	28.10.2016
18	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца.</p>	14.11.2016
19	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный,</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат попере-</p>	18.11.2016

	шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение движений, топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца.	чный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение танцевальных элементов и их усложнение; движения корпусом наклоны и повороты; топающий шаг, выставление ноги на носок; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца.	
20	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца.	21.11.2016
21	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца.	25.11.2016
22	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный,	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат попереч-	28.11.2016

	<p>шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению.</p>	<p>ный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению.</p>	
23	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Барыня». Подбор музыки, счет ритма.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Джаз». Подбор музыки, счет ритма.</p>	02.12.2016
24	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений.</p>	05.12.2016
25	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение,</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражне-</p>	09.12.2016

	<p>выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений.</p>	<p>ние, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений.</p>	
26	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений.</p>	12.12.2016
27	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений.</p>	16.12.2016
28	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в</p>	19.12.2016

	<p>гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений.</p>	<p>беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений.</p>	
29	<p>Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению.</p>	<p>Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению.</p>	23.12.2016
30	<p>Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Выступление.</p>	<p>Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Подготовка к выступлению. Выступление.</p>	26.12.2016
31	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений. Перестроения.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений. Перестроения.</p>	30.12.2016
32	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных</p>	13.01.2017

	середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений. Перестроения.	позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений. Перестроения.	
33	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Изучение нового танца «Барыня». Изучение движений. Перестроения.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Изучение нового танца «Джаз». Изучение движений. Перестроения.	16.01.2017
34	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений.	20.01.2017
35	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие,	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в	23.01.2017

	<p>равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Оработка движений.</p>	<p>две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Оработка движений.</p>	
36	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Оработка движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Оработка движений.</p>	27.01.2017
37	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Оработка движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Оработка движений.</p>	30.01.2017
38	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный,</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат попереч-</p>	03.02.2017

	шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Оработка движений.	ный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Оработка движений.	
39	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Оработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Знакомство с музыкой. Счет. Беседа.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный. Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Оработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Знакомство с музыкой. Ритм. Беседа.	06.02.2017
40	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Оработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Изучение основных движений танца, стилистика.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Оработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Изучение основных движений танца, стилистика.	10.02.2017

41	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Изучение основных движений танца, стилистика.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Изучение основных движений танца, стилистика.</p>	13.02.2017
42	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Изучение основных движений танца, стилистика.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Изучение основных движений танца, стилистика.</p>	17.02.2017
43	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец.</p>	20.02.2017

	на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Изучение основных движений танца, стилистика.	Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Изучение основных движений танца, стилистика.	
44	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Изучение основных движений танца, стилистика.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Изучение основных движений танца, стилистика.	24.02.2017
45	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Изучение основных движений танца, стилистика.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Изучение основных движений танца, стилистика.	27.02.2017
46	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение,	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в	03.03.2017

	<p>выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Изучение нового танца «Первобытные люди». Изучение основных движений танца, стилистика.</p>	<p>упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Изучение нового танца «Народный» стилизация. Изучение основных движений танца, стилистика.</p>	
47	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений.</p>	06.03.2017
48	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений.</p>	13.03.2017

49	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений.</p>	17.03.2017
50	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений.</p>	20.03.2017
51	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изуче-</p>	24.03.2017

	на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений.	ние основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений.	
52	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений.	03.04.2017
53	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений.	07.04.2017
54	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение,	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в	10.04.2017

	<p>выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	<p>упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	
55	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	14.04.2017
56	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	17.04.2017

57	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	21.04.2017
58	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.</p>	24.04.2017
59	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис</p>	<p>Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изуче-</p>	28.04.2017

	на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.	ние основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.	
60	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.	05.05.2017
61	Танцевальная разминка. Упражнения для плеч, головы корпуса; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Партерная гимнастика. Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с логоритмики; вытягивание носочков, кручение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «Колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Повторение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.	Танцевальная разминка. Упражнения для всех групп мышц ; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями танца. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, выполнение элементов "Свечка", "Мостик", шпагат поперечный, шпагат продольный; «колесо». Танцевальные движения. Изучение шагов различных стилей танца, движение по диагонали зала; построение в две линии и обратно в одну колонну; легкие, равномерные, высокие прыжки; приставной шаг. Классический танец. Изучение основных позиций рук и ног. Экзерсис на середине зала. Экзерсис у станка. Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.	12.05.2017
62	Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.	Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.	15.05.2017

63	Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "Буги-Вуги", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению. Выступление.	Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению. выступление.	19.05.2017
64	Сюжетно-образные танцы. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.	Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.	22.05
65	Сюжетно-образные танцы. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Подготовка к выступлению.	Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.	24.05
66	Сюжетно-образные танцы. Репетиция нового танца «Барыня». Отработка движений. Репетиция нового танца «Первобытные люди». Отработка движений. Репетиция танца «Буги-Вуги». Подготовка к выступлению.	Сюжетно-образные танцы. Репетиция танца "За стеклом", отработка движений танца. Репетиция нового танца «Джаз». Отработка движений. Репетиция нового танца «Народный» стилизация. Отработка движений. Подготовка к выступлению.	26.05
67	Сюжетно-образные танцы. Танцы «Барыня», «Первобытные люди», «Буги-Вуги». Отчетное выступление для родителей.	Сюжетно-образные танцы. Танцы "За стеклом", «Джаз», «Народный» . Отчетное выступление для родителей.	29.05
68	Итоговое занятие.	Итоговое занятие.	30.05

Список литературы

Ритмика и развитие актерской выразительности:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии»- СПб, Люкси, 1996.
2. Ветлугина Н. «Музыкальное развитие ребенка» - М., 1979.
3. Вербицкая А. «Основы сценического движения»- М.,1983

Классический танец:

4. Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца»- 2-е изд., Л., 1983
5. Ваганова А. «Основы классического танца»-5-е изд., Л., 1980
6. Ярмолович Л. «Классический танец»- Л., 1986

Народный танец:

7. Богатка Л. «Хоровод друзей»- М.,1957
8. Богданов А. «Урок русского народного танца»- М.,1995.
9. Лопухов А., Ширяев А. «Основы характерного танца»- М.,1989.
10. Устинова Т. «Беречь красоту русского танца»- М.,1959.

Список литературы для учащихся:

11. Константиновский В. «Учить прекрасному»- М., Молодая гвардия, 1973.
12. Пжидаев Г. «Повесть о танце»- М., молодая гвардия, 1972
13. Эляш Н. «Образцы танца, 1970