Преподаватель Третьякова Е.В.

**1 класс**

**Гимнастика**

- «Мосты» из положения лежа на спине,

с опорой на стену, из положения стоя.

**Подготовка концертных номеров**

- Повторение танцевальных композиций «Дровосек – жук», «Божья коровка».

**Ритмика**

- Хлопки в ладоши: простые, в отдельном ритмическом рисунке, в парах с партнером, в сочетании с притопами (стоя на месте).

- Танцевальный этюд «Галоп».

- Шаги с подскоками в танцевальной комбинации.

**Танец**

- Повторение пройденных элементов разминки на середине.

- Allegro на скакалке (1-6 комбинации).

**2 класс**

**Гимнастика**

- Упражнения на выворотность.

- Упражнения на гибкость вперед.

- Упражнения на гибкость назад.

- Силовые упражнения для мышц живота.

- Силовые упражнения для мышц спины.

**Подготовка концертных номеров**

- Повторение и отработка танцевальных номеров: «Куклы», «Муравьи», «Лапти».

**Ритмика**

- Прыжки: поджатый, с использованием хлопков.

- Приседания: полуприседания.

- Полуприседания с каблучком.

- «Ковырялочка» в первоначальном раскладе.

- «Ковырялочка» в сочетании с притопами.

**Танец**

- Повторение танцевальных этюдов: «Полька», «Галоп».

- Allegro на скакалке (1-6 комбинации).

- Выполнение упражнений на развитие гибкости всего кинестетического аппарата, укрепление всех групп мышц (упражнения на ковриках).

**4 класс**

**Классический танец**

- Grands jetes вперед в позу attitude назад.

- Pas echappe на II и IV позиции.

- Changevent de pieds.

- Pas glissade.

- Pas assemble.

- Releve по I, II и V позициям.

**Народно-сценический танец**

- Grand battement jete по V поз.(одной рукой за станок).

- Tours chainne (по диагонали) в танц.комбинации.

- «Мячик», «ножницы», в танцевальной комбинации с поворотом на 360\*.

- Повторение танцевальных композиций «Кадриль», Сибирский хоровод «Ёлочки».

**Подготовка концертных номеров**

- Повторение хореографической постановки «Журавли».

- Повторение танцевальных композиций «Кадриль», Сибирский хоровод «Ёлочки».

- Повторение хореографической постановки «Тарантелла».

**Современный танец**

- Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп.

- «Волна», «круг», port de bras рук в стиле хип-хоп.

- «Мостик» (на одной руке), перекат через лопатку.

- «Кач» с шагами вперед и назад, port de bras рук.

- Танцевальная комбинация в стиле house.

- Базовые движения: house, hip-hop.

**6 класс**

**Классический танец**

- Grand pas echappe на II и IV позиции.

- Grand changevent de pieds.

- Sisonne simple en face.

- Pas jete.

- **Grand sissonne ouverte в большие позы.**

**-** Releve по I, II и V позициям.

- Pas echappe на II позицию из I и V позиций.

**Народно-сценический танец**

- «Бигунец», tours chainne (в танцевальной комбинации).

- «Веревочка» (в русском хар-ре), «закат».

- Flic-Flac в цыганском хар-ре (на середине зала).

- Pas de basques (вперед) с перегибами корпуса.

- Танцевальная комбинация в цыганском характере.

- Движения рук: круговые поочередные непрерывные движение внутри согнутых перед собой рук.

**Подготовка концертных номеров**

- Повторение и закрепление лексического материала на основе: цыганского и мексиканского танцев.

- Повторение хореографических композиций: цыганский танец, мексиканский танец.

**Современный танец**

- Танцевальные композиции в стиле модерн на основе классического танца, в виде коротких танцевальных фраз.

- Танцевальные композиции в стиле модерн.

- Кросс, вращения, пируэты на середине зала.

- Шене по диагонали.

- Повторение и закрепление лексического материала «Маскарад чувств» - в стиле джаз.