

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ШКОЛА»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЛЮБЕРЦЫ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

Предметная область

ПО.01. «ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО»

**Программа по учебному предмету
ПО.01.УП.06 «МУЖСКОЙ ТАНЕЦ»**

Возраст детей: 8 – 14 лет

Срок реализации: 5 лет

**Люберцы
2026**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МУДО «ДХРШ» А.В. Шмелёва

Протокол № 1

«26» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Методическим Советом

МУДО «ДХРШ» В.А. Шмелёва

«26» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МУДО «ДХРШ»

Т.И. Тропина

«26» августа 2026 г.



Авторы (составители):

Преподаватель высшей квалификационной категории – Галкин Алексей

Вячеславович

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

II. Планируемые результаты освоения

- *Срок реализации учебного предмета;*

III. Учебный план

- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*

IV. Календарный учебный график

V. Рабочие программы УП

- *Сведения о затратах учебного времени;*
- *Годовые требования по классам;*

VI. Система, критерии оценок и форма промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения программы "Хореографическое творчество" обучающимися

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки;*

VII. Программа творческой, методической и просветительской деятельности

- *Методические рекомендации педагогическим работникам;*
- *Рекомендации по использованию методов организации и реализации образовательного процесса, направленных на обеспечение теоретической и практической подготовки;*
- *Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся*
- *Список основной литературы;*
- *Список дополнительной литературы;*

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа по учебному предмету «Мужской танец» написана в соответствии с Федеральными государственными требованиями к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства специально для Муниципального учреждения дополнительного образования «Детская хореографическая школа» муниципального образования Люберецкий муниципальный района Московской области.

Учебный предмет «Мужской танец» направлен на:

- физическое и эстетическое развитие;
- комплексно воздействует на ребенка, формируя правильную осанку, координацию, выносливость;
- воспитывает эстетический вкус.

«Мужской танец» является одним из профилирующих предметов хореографического образования. В процессе его изучения дети знакомятся с различными танцевальными культурами, с бытом и историей народов, в частности, мужскими движениями, постановкой рук и ног, корпуса, мужскими комбинациями и непосредственно – трюками.

Систематические занятия дают возможность развить у ребенка восприятие национального своеобразия танцев, манеры и характера исполнения. Данная программа по предмету «мужской танец» определяет объем и последовательность материала в процессе обучения. В отличие от хореографического колледжа занятия мужским танцем можно начинать параллельно с классическим, народным и русским танцем. Учебный материал сгруппирован по степени возрастающей сложности.

Занятия по мужскому танцу состоят из экзерсиса на середине зала. Учитывая возраст ребенка и его неспособность длительное время

концентрировать свое внимание на одном предмете, занятия в первом классе рекомендуется проводить, в форме игры, апеллируя к творческому сознанию ребенка через образы животных, элементарных понятий, доступных для восприятия мальчика. Преподавателю важно учитывать равновесие между дисциплиной на уроке и раскрепощенностью детей, добиваясь точности исполнения танцевальных движений и свободой выразительности.

Занятия по «мужскому танцу», как и другие специальные хореографические дисциплины, призваны воспитать основы общей культуры подрастающего поколения. В процессе занятий у детей формируются не только представления о хореографии, но и элементы общечеловеческой культуры: корректное поведение, ответственность, трудолюбие, самоконтроль. А также координация, внимание и физическое развитие. Все эти качества связаны с творчеством. Они являются базой для дальнейшего развития творческой жизни детей.

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании, и к учебному процессу учебного заведения с профессиональной ориентацией. Программа организует работу преподавателя, устанавливает содержание, объем знаний и навыков, которые должны усвоить учащиеся в течение каждого года обучения. В ней поэтапно, с возрастающей степенью трудности, изложены элементы экзерсиса.

2. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм.

Задачи:

- знание элементов и основных комбинаций мужского танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;

- развитие детской эмоциональной сферы, воспитание музыкального, эстетического вкуса, интереса и любви к танцу и классической музыке, желания слушать и исполнять ее;
- укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащегося;
- приобретение учащимися опорных знаний, умений и способов хореографической деятельности, обеспечивающих в совокупности необходимую базу для последующего самостоятельного знакомства с хореографией, самообразования и самовоспитания;
- развитие музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства метроритма, музыкальной памяти;
- развитие музыкального восприятия как универсальной музыкальной способности ребенка;
- развитие внимания, воли и памяти ученика, выработка твердости характера, трудолюбия, настойчивости, упорства, умения выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения;
- умение осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью;
- умение давать объективную оценку своему труду.

3. Обоснование структуры учебного предмета

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

4. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы при изучении мужского танца в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

5. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы «Классический танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м, имеющие пригодное

для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;

- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки для обучающихся и преподавателей.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

II. Планируемые результаты освоения

Результатом освоения программы учебного предмета «Мужской танец» является сформированный комплекс знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание предметной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций мужского танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- умение грамотно разложить и объяснить исполнение движения;
- элементарные знания техники безопасности при выполнении трюков и танцевальных комбинаций.

Срок реализации учебного предмета «Мужской танец»

Срок реализации данной программы составляет 5 лет по 8-летней образовательной программе в области «Хореографическое творчество». Для

учащихся, планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок освоения может быть увеличен на 1 год (9 класс).

III. Учебный план

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Мужской танец».

Срок реализации образовательной программы «Хореографическое творчество» 5 лет

Классы/количество часов	4-8 классы				
	Количество часов (общее на 5 лет)				
Максимальная нагрузка (в часах)	165				
Количество часов на аудиторную нагрузку	165				
Общее количество часов на аудиторные занятия	165				
Классы	4	5	6	7	8
Недельная аудиторная нагрузка	1	1	1	1	1

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

мелкогрупповая (от 2 до 10 человек), рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут.

IV. Календарный учебный график

Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Мужской танец», на максимальную нагрузку обучающихся на аудиторных занятиях:

Срок обучения 5 лет

	Распределение по годам обучения				
Классы	4	5	6	7	8
Продолжительность учебных занятий в году (в неделях)	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	1	1	1
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные занятия)	33	33	33	33	33
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные занятия)	165				
Консультации (часов в год)	-				
Общий объем времени на консультации	-				

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачетам, экзаменам, творческим конкурсам и другим мероприятиям по усмотрению образовательного учреждения. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени. В случае, если консультации проводятся рассредоточено, резерв учебного времени используется на самостоятельную работу обучающихся и методическую работу преподавателей.

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области искусств распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

V. Рабочие программы УП

Требования по годам обучения

Срок обучения 5 лет

4 класс

(1-й год обучения)

Изучаются новые движения. Начинаем работать в паре и группе. Развитие навыка работы в коллективе, умение равняться, контролировать скорость исполнения и перемещения трюка. Прививается учащимся аккуратность и точность при исполнении движений. Большое внимание уделяется суставно - связочному аппарату стоп и коленей.

Мероприятия воспитательного характера

№ п/п	Тема	Часы
1.	Беседы о здоровом образе жизни	0,5
2.	Посещение концертов	0,5
3.	Методика исполнения движений	0,5
	Всего:	1,5

Учебно-тренировочная работа

№ п/п	Тема	Часы
1.	Начало урока (разогрев), для всех классов, проводится по схеме первого года обучения. После растяжки, прыжки	5
2.	Упражнение «собачка» в продвижении.	3
3.	Упражнение заноска - разножка (ноги на разножке, выбрасываются из-под себя на воздух)	2
4.	Упражнение «тараканчик» по кругу, в паре	3
5.	Упражнение «собачка» по одному и в паре	3
6.	Упражнение «каракатица»	3
7.	Упражнение «качалочка» как закладка	2
8.	Прыжки, полный оборот вокруг себя (на 180)	3,5
9.	Упражнение «ползунок» и «ползунок» на одну руку, в продвижении	3,5
10.	Упражнение «выброска», две ноги на воздух, в продвижении	3,5
	Всего:	33

В конце первого года обучения учащиеся должны уметь взаимодействовать с партнером, уметь ориентироваться в пространстве (соблюдать рисунок: линию, круг, интервалы). Урок проводится один раз в неделю по одному часу.

5 класс **(2-й год обучения)**

Изучение новых движений. Совершенствование техники исполнения за счет ритмического рисунка, музыкального темпа, координации движений. На середине зала осваивается техника исполнения мужского танца в паре. Учащиеся должны уметь взаимодействовать с партнером: многие трюки и движения даются в парном исполнении.

Мероприятия воспитательного характера

№ п/п	Тема	Часы
1.	Беседы о здоровом образе жизни	0,5
2.	Посещение концертов	0,5
3.	Методика исполнения движений	0,5
	Всего:	1,5

Учебно-тренировочная работа

№ п/п	Тема	Часы
1.	Начало урока (разогрев), для всех классов, проводится по схеме первого года обучения. После растяжки, прыжки	5
2.	Прыжки, тур на 360, полный оборот. Выполняются прыжки подряд	2
3.	Упражнение «ползунок» с переступанием	2
4.	Упражнение «ползунок» на одну руку с хлопком в продвижении.	2
5.	Закладка- выпады по диагонали	2,5
6.	Упражнение «бочонок»	3
7.	Упражнение закладка- «качалочка»	2
8.	Упражнение «щучка» снизу	3
9.	Упражнение «тараканчик» - «собачка» (после упражнения «тараканчик», сразу же выполняется упражнение «собачка»,	3

	по рампе), по одному и в паре	
10.	Упражнение «бочонок» - «каракатица» (упражнение выполняется по кругу, два «бочонка», одна «каракатица»)	3
11.	Упражнение «ползунок» в сторону	2
12.	Повторение и закрепление материала	2
	Всего:	33

К концу второго года обучения учащиеся должны овладеть сложной техникой танца, манерой исполнения, а также техникой вращений в характере русского танца. В уроке применяется смешивание трюков, упражнений. Урок проводится один раз в неделю по одному часу.

6 класс

(3-й год обучения)

На третьем году обучения учащиеся должны различать и уметь грамотно исполнить движения, понимать основные принципы выполнения движений. Для развития внимания и активизации творческого процесса педагог при сочинении комбинаций пользуется “подсказкой” учащихся.

Мероприятия воспитательного характера

№ п/п	Тема	Часы
1.	Беседы о здоровом образе жизни	0,5
2.	Посещение концертов	0,5
3.	Методика исполнения движений	0,5
	Всего:	1,5

Учебно-тренировочная работа

№ п/п	Тема	Часы
1.	Начало урока (разогрев), для всех классов, проводится по схеме первого года обучения. После растяжки, прыжки	5
2.	Упражнение «выброска», в продвижении по диагонали, ноги вразлёт	2
3.	«Щучка»	2
4.	Упражнение присядка- «разножка», снизу.	2
5.	Упражнение низовая «разножка», подряд.	3
6.	Упражнение «колесо» на локти.	3

7.	Парный бедуинский	3
8.	Упражнение «выброска» (руки- ноги).	3
9.	Передняя «мельница» (нога вытянута в сторону)	3
10.	«Ползунок» с переступанием.	3
11.	Повторение и закрепление пройденного материала	2,5
	Всего:	33

К концу года ученики должны уметь правильно останавливаться после сделанных упражнений. И уметь самостоятельно правильно выбрать остановку (позу). Урок проводится один раз в неделю по одному часу.

7 класс

(4-й год обучения)

В процессе обучения учащиеся анализируют - объясняют отличительные особенности исполнения. В конце четвертого года обучения учащиеся должны владеть мелкой техникой движений.

Мероприятия воспитательного характера

№ п/п	Тема	Часы
1.	Беседы о здоровом образе жизни	0,5
2.	Посещение концертов	0,5
3.	Методика исполнения движений	0,5
	Всего:	1,5

Учебно-тренировочная работа

№ п/п	Тема	Часы
1.	Начало урока (разогрев), для всех классов, проводится по схеме первого года обучения. После растяжки («лягушки», «колечка» и «корзиночки»), прыжки	5
2.	Упражнение «колокольчик»	3
3.	«Экскаватор»	3
4.	Упражнение «разножка»	3
5.	Ползунок- «каракатица» (четыре ползунка, одна «каракатица»)	3
6.	Подготовка к «бедуинскому»	3

7.	Упражнение «кубарик», «мельница»	3
8.	Обратное колесо. Колесо лицом в круг	3
9.	Упражнение закладка на стопу- «ползунок» в сторону	3
10.	Повторение и закрепление пройденного материала	2,5
	Всего:	33

В конце четвертого года обучения учащиеся должны овладеть точностью и законченностью позировок, детальной, осознанной выразительностью, хорошей координацией движений и моторной памятью. Урок проводится один раз в неделю по одному часу.

8 класс

(5-й год обучения)

Пятый год обучения обобщает весь пройденный материал. Педагог сочиняет развернутые комбинации. Учащиеся принимают непосредственное участие по созданию экзаменационного репертуара. Комбинации должны быть выстроены так, чтобы каждый учащийся мог показать свои возможности и способности.

Мероприятия воспитательного характера

№ п/п	Тема	Часы
1.	Беседы о здоровом образе жизни	0,5
2.	Посещение концертов	0,5
3.	Методика исполнения движений	0,5
	Всего:	1,5

Учебно-тренировочная работа

№ п/п	Тема	Часы
1.	Начало урока (разогрев), для всех классов, проводится по схеме первого года обучения. После растяжки («лягушки», «колечка» и «корзиночки»), прыжки	5
2.	Упражнение «разножка»	3
3.	Упражнение «качалочка- насос», (в паре спиной друг к другу, сцепиться руками на уровне локтей за спиной и поочерёдно заваливаясь партнёру на спину вытягивать ноги)	3

4.	Упражнение «бедуинский».	3
5.	Упражнение «револьват» внизу.	3
6.	Упражнение «стульчик».	3
7.	Упражнение «ползунок» и варианты с добавлением рук.	3,5
8.	Упражнение «циркуль».	3,5
9.	Повторение и закрепление пройденного материала.	4,5
	Всего:	33

На данном году обучения выявляются особенности и предпочтения, в трюках, у каждого ученика. Поэтому преподаватель должен внимательно подобрать трюковую программу для каждого ученика. Урок проводится один раз в неделю по одному часу.

VI. Система, критерии оценок и форма промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения программы «Хореографическое творчество»

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы "Мужской танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, экзаменах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в форме просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

2. Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя средства и методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения

По итогам исполнения программы на контрольном уроке, зачете и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области хореографического искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

График промежуточной и итоговой аттестации

Класс	Вид, форма и время проведения аттестации		
	Промежуточная		Итоговая
	Форма проведения	Полугодие	Год
4 (1 год)	Контрольный урок	-	Контрольный урок
5 (2 год)	Контрольный урок	-	Контрольный урок
6 (3 год)	Контрольный урок	-	Контрольный урок
7 (4 год)	Контрольный урок	-	Контрольный урок
8 (5 год)	Экзамен	-	Экзамен

VII. Программа творческой, методической и просветительской деятельности

Методические рекомендации педагогическим работникам

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному с учетом индивидуальных особенностей ученика: интеллектуальных, физических, музыкальных данных, уровня его подготовки.

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из накопленных хореографических представлений ребенка, всесторонне расширяя его кругозор в области хореографического творчества, в частности, учебного предмета «Мужской танец».

Особенно важен начальный этап обучения, когда закладываются основы хореографических навыков – правильная постановка корпуса, ног, рук, головы;

развитие выворотности и натянутости ног, гибкости корпуса, укрепления физической выносливости; освоение позиций рук, элементарных навыков координации движений; развития музыкальности, умения связывать движения с ритмом и темпом музыки.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, продуман план каждого урока.

В начале полугодия преподаватель составляет для учащихся календарно-тематический план, который утверждается заведующим отделом. В конце учебного года преподаватель представляет отчет о его выполнении с приложением краткой характеристики работы данного класса. При составлении календарно-тематического плана следует учитывать индивидуально - личностные особенности и степень подготовки обучающихся. В календарно-тематический план необходимо включать те движения, которые доступны по степени технической и образной сложности. Календарно-тематические планы вновь поступивших обучающихся должны быть составлены к концу сентября после детального ознакомления с особенностями, возможностями и уровнем подготовки учеников.

Разучивание и отработка трюков проводится только под внимательным наблюдением и страховкой педагога. Ученик ни при каких условиях не должен оставаться один на один в танцевальном зале.

Прежде чем подойти к основному исполнению трюка, нужно грамотно оценить физическую и моральную форму ученика. И при каких-либо недочётах в той или иной сфере, привести учащегося в должное состояние. И только при положительной совокупности всех факторов приступать к изучению темы.

При изучении любого трюка, нужно самостоятельно и тщательно изучить его составляющую часть, и на основе этого подготовить подводящие к трюку упражнения или вспомогательные предметы (маты, страховочные ремни- пояса). Например, использовать станок при изучении «бедуинского», «качалочки» и пр.-

Список используемой литературы:

1. Богданов Г. Урок русского народного танца. –М., 1995
2. Гуменюк А. Украинские народные танцы. –Киев, 1969
3. Гвоздева Т. Русский народный танец и методика его преподавания. 2003
4. Слыханова В. Формирование двигательных навыков (Движения и элементы мужского народного танца).
5. Климов А. Основы русского танца. –М., 1994
6. Гусев Г. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка).-М., 2002
7. Ткаченко Т. Народный танец. –М., 1967, 1975
8. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. –М., 1996
9. Каблуков Д. Здоровье в балете. -Владивосток, 2019