

Муниципальное казённое учреждение  
отдел образования администрации Приволжского муниципального района  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр детского и юношеского творчества г. Приволжска

Согласована  
с методическим советом  
МБУ ДО ЦДЮТ  
Протокол № 5  
от 24 июня 2022 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Фигурный вальс»

Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 14-17 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Болотова Татьяна Ивановна  
педагог дополнительного образования

Приволжск 2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Посредством хореографического искусства осуществляется процесс творческого развития личности. Программа позволяет ознакомиться с историей развития танца, практически овладеть основами «Фигурного вальса», что позволит учащимся выступать на различных мероприятиях. Занятия танцем формируют правильную осанку, совершенствуют координацию движений, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

Групповая форма работы учащихся на занятии позволяет ребятам избавиться от излишней стеснительности, позволяет обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движений, предоставить им возможность раскрыться в ином свете перед своими одноклассниками, сформировать крепкий и дружный коллектив.

Программа рассчитана на преподавание «Фигурного вальса» 72 часа в год. Продолжительность занятий 2 часа по 45 минут перерыв – 10 минут. Допустимое количество детей на занятии, исходя из площадей, санитарных и этических норм - 12-15 человек. Количество занимающихся в группе – 12-15 человек, возрастом 16-17 лет.

**Направленность** программы «Фигурный вальс» художественная, по содержанию является спортивно-оздоровительной, общекультурной, по форме организации кружковой, рассчитанной на 1 год.

**Актуальность** программа обусловлена частым обращением обучающихся 9-11 классов, не занимающихся ранее танцевальным искусством, разучить с ними школьный вальс к мероприятиям «Последний звонок» и «Выпускной вечер». Так возникла необходимость создания программы «Вальс». На занятиях применён коллективный способ обучения, при котором обучение осуществляется путем общения в динамических парах, когда каждый учит каждого. Результат достигается при условии желания обучающихся украсить вальсом свой выпускной вечер, праздник Последнего звонка.

**Новизна программы:** оказывая позитивное влияние на индивидуальность обучающегося, программа «Фигурный вальс» создает предпосылки рационального использования свободного времени, профилактики асоциального поведения, дает ощущение успеха, самоутверждения, активизирует процессы самопознания и самовыражения.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что содержание программы, формы, методы и технологии обучения помогают наиболее эффективному решению комплекса обучающих, развивающих и воспитательных задач и достижению поставленной цели. А также при реализации программы у обучающихся вырабатываются технические и танцевальные навыки.

**Цели и задачи программы.**

- овладение учащимися основ вальса;

- ознакомление с историей развития этого танца;
- формирование правильной осанки учащихся.

### **Задачи:**

- в процессе обучения у учащихся развивать технические навыки в исполнении вальса;
- использовать эстетические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства коллективизма, организованности;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движения;
- развивать умение согласовывать свои действия с другими детьми;
- воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками;
- развивать чувство ритма и координацию движения.

### **Обучающие:**

- формировать определенные знания и умения в области бального танца;
- знать и уметь пользоваться терминологией бального танца;
- обучать необходимым теоретическим и практическим знаниям, умениям и навыкам;
- расширять знания в области хореографического искусства;
- изучать танцевальные элементы бального танца;
- научить передавать характер и сценическую манеру исполнения бального танца;
- удовлетворять познавательные интересы обучающихся, приобщая их к истокам народного

### **Воспитательные:**

- воспитывать стремление к познанию и творчеству;
- воспитывать культуру общения и взаимодействия в учебной и воспитательной деятельности;
- воспитывать чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе;
- воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;
- приобщать к истокам народной культуры с учетом регионального компонента;
- адаптировать к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков.

### **Развивающие:**

- развивать мотивацию на творческую деятельность;

- укреплять опорно-двигательный аппарат и мышцы;
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжки, шаги, устойчивость, координация);
- развивать силу мышц, выносливость, навыки координации движений, музыкальные способности;
- развивать координацию движений и технику исполнения;
- развивать точность и внимание в исполнении движений;
- совершенствовать пространственную ориентировку;
- способствовать реализации творческого самовыражения;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- развивать творческие способности обучающихся;
- развивать артистизм и индивидуальные возможности детей;
- развивать эмоционально-волевые качества;
- развивать умения коллективной и творческой деятельности.

**Отличительная особенность** программы заключается в том, что обучающиеся являются учениками параллели девятых и одиннадцатых классов. Это позволяет более результативно осуществлять обучение по данной программе, и с полной отдачей выполнять социальный заказ родителей, итогом которого является выступление детей на последнем звонке, выпускном балу.

**Адресат программы:** обучающиеся 14 -17 лет.

Возрастные особенности: 14-17 лет - это возрастной период характеризуется бурным ростом и физиологической перестройкой всего организма, а также отличается активностью и восприимчивостью обучающегося. Обучающимся свойственно стремление к действию, выполнению заданий танцевальных движений.

**Сроки реализации программы:**

Продолжительность учебного года – 36 недель

Количество учебных недель – 36.

Занятия проводятся в соответствии с расписанием занятий.

Продолжительность занятий для обучающихся старшего школьного возраста 1 раз в неделю по 2 часа (ак.час 45 минут). Перерыв между занятиями составляет 10 минут.

**Результаты реализации программы:**

Учащиеся должны знать:

- основные понятия, терминологию бального танца;
- структуру Фигурного вальса;
- позиции рук, ног.

Должны уметь:

- использовать полученные знания и навыки для участия в композициях и постановках;
- предлагаемый материал: воспринимать, запоминать, применять;
- грациозно и органично двигаться, общаться с партнером;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой.

А так же избавляются от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретают общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, ответственность перед коллективом.

В основу проекта обучения фигурному вальсу были положены следующие **принципы**:

- *принцип системности* – предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении;
- *принцип дифференциации* – предполагает выявление и развитие у учеников склонностей и способностей по различным направлениям;
- *принцип увлекательности* является одним из самых важных, он учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- *принцип коллективизма* – в коллективных творческих делах происходит развитие разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу.

### **Формы и методы работы.**

**Форма занятий** - групповые занятия, со всей группой одновременно. Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме. Основное время отводится на практические занятия.

### **Содержание программы:**

**В программный материал по изучению вальса входит:**

- беседы об истории возникновения и развития вальса;
- усвоение тренировочных упражнений на середине зала;
- разучивание отдельных движений и комбинаций;
- разучивание композиций.

#### **Теоретическая часть:**

История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ . Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца. Подбор музыки для вальса.

#### **Практическая часть:**

Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой. Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее). Вальсовая дорожка

(променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Раскрытия. Движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене. Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Маленький квадрат в паре. Большой квадрат в паре. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом. Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. Шаги вальса по кругу.

### **Практическая часть**

**Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.** Вводные упражнения даются в начале урока и нацелены на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активизацию их восприимчивости. Независимо от выбранного комплекса, для каждого урока подбираются группы упражнений для всех частей тела: для рук, ног, мышечных групп живота, спины – различные приседания, наклоны, перегибания, вращательные движения для отдельных суставов и частей тела. Вторая задача этих упражнений – активизация дыхания. Педагог должен с самого первого занятия обращать внимание учеников на правильность дыхания при выполнении физических упражнений. Вдох на расслаблении, выдох на момент напряжения. Предлагается чередовать или объединять вспомогательно - тренировочные движения:

статистическая гимнастика (упражнения, выполняемые в основном без перемещения по залу)

динамическая гимнастика (упражнения, выполняемые с перемещением по залу)

тренировочные элементы джаз - танца для мышечного напряжения и расслабления.

**Разучивание техники танцевального комплекса.** Для учащихся, не имеющих хореографической подготовки и не знакомых с терминологией, предлагаются элементарные понятия по предмету бальный танец. Знакомят с принятыми сокращениями, основными позициями ног в вальсе, позициями рук, положениями в паре. Изучают поклон и реверанс. Даются рекомендации начинающим.

**Основные движения бального танца - Фигурный вальс.** Для освоения навыков исполнения вальса необходимо проучить с учащимися наиболее характерные движения фигурного вальса:

Шаг вальса по линии танца

Маленький квадрат вальса с правой ноги

Большой квадрат вальса с правой ноги

Поворот партнерши под рукой

«Лодочка»

Поворот в паре

Вальсовая дорожка (променад)

Раскрытия

«Окошко»

Вращение в паре вокруг правой оси

Шаги вальса по кругу

Отработанные движения рекомендуется объединять в танцевальные комбинации.

**Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.** На уроках необходимо развивать полученные хореографические навыки. Обучать учащихся грациозно и органично двигаться, общаться с партнером, соотносить свои движения с услышанной музыкой.

**Постановочная работа.** Составление танцевальных композиций или использование рекомендуемых композиций. Приведенный ниже репертуар не является догмой и может варьироваться с учетом уровня восприятия, эмоционального и физического развития, интересов учащихся, школьного возраста, для которого характерно личностное творческое самовыражение.

**Повторение и закрепление пройденного материала.** Подготовка вальса для выступления. На этом этапе обучения идет закрепление пройденного материала. Совершенствование исполнительского мастерства. Проводятся репетиции и подготовка к показательным выступлениям.

### **Основные понятия бального танца.**

**Позиции ног** в бальном танце:

1 п. - 1-я позиция - пятки вместе, носки разведены в стороны.

2 п. - 2-я позиция - ноги на расстоянии ступни, носки разведены в стороны.

3 п. - 3-я позиция - ступня одной ноги приставлена к середине ступни другой ноги, носки разведены в стороны; впереди - правая или левая нога.

6 п. - 6-я позиция - пятки и носки сомкнуты, ступни параллельны.

5-я позиция так же, как и выворотное положение ступней, не используется.

### **Основные позиции рук в вальсе.**

Существует подготовительное положение и три основные позиции рук (I, II, III).

В подготовительном положении руки свободно опущены вниз с мягко округленными локтями и запястьями. Кисти сближены, ладони обращены вверх.

В 1-й позиции обе руки округлены в локтях и запястьях и со сближенными кистями подняты перед собой на уровне диафрагмы, ладони обращены к корпусу.

Во 2-й позиции руки при слегка округленных локтях и запястьях раскрыты в стороны чуть впереди корпуса и несколько ниже линии плеч, ладони обращены вперед.

В 3-ей позиции обе руки в овальном положении подняты вверх несколько впереди корпуса со сближенными кистями, ладони повернуты вниз.

### **Основные движения**

Вальс

Основа вальса – кружение в паре, которое получается в результате четырех полных вальсовых поворотов.

#### Правый поворот

Правый поворот состоит из двух поворотов на 180°. Но это деление условное – кружение должно быть плавным и непрерывным. Первая половина поворота  
Исходное положение: ноги в III позиции, правая нога впереди.

#### Вальсовая дорожка (променад)

В данном варианте предлагается сочетать вальсовую дорожку вперед у партнера с правым вальсовым поворотом у партнерши.

#### «Окошко»

Исходное положение — партнеры стоят лицом друг к другу, ноги в 3-й позиции. Партнер находится спиной, а партнерша лицом к центру зала. Партнер правой рукой держит кисть правой руки партнерши. Правые руки в 1-й позиции. Левые: у партнера за спиной, у партнерши — вытянута вниз. Движения партнерши выполняются аналогично движениям партнера. Затакт – подняться на полупальцах. 1 такт Раз – сделать шаг с правой ноги вперед навстречу друг другу; правые руки из 1-й позиции, не размыкаясь, переходят в 3-ю позицию. Два – вернуться в исходное положение. Далее (обычно) идет смена мест партнеров.

### **Формы и сроки подведения итогов реализации программы .**

Форма занятий - групповые занятия, со всей группой одновременно. Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме. Основное время отводится на практические занятия. В проведении занятий используются следующие методы обучения в такой последовательности:

1. Наглядный - в выполнении упражнений ориентация на образец, копирование предложенного образца.
2. Словесный и наглядный - объяснение и показ упражнений.
3. Словесный - объяснение после которого следует самостоятельное выполнение упражнений.
4. Практический - самостоятельное выполнение упражнений, танцевального номера.

Промежуточная аттестация обучающихся первого модуля проводится в сентябре (входная), ноябре (промежуточная), декабре (итоговая); аттестация второго модуля - январь (входная), март (промежуточная), май (итоговая).

Итоговая по программе – в конце мая.



## Учебно-тематическое планирование

	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Вводное занятие. Инструктаж. История возникновения и развития вальса.	2	2	0	Показ, выполнение упражнений
2	Позиции ног и рук. Линия танца.	2	0	2	Показ, выполнение упражнений
3	Основные движения фигурного вальса.	24	4	20	Показ, выполнение упражнений
4	Разучивание отдельных движений и композиций	16	0	16	Показ, выполнение упражнений
5	Разучивание комбинаций	12	0	12	Показ, выполнение упражнений
6	Разучивание вальса в целом	12	0	12	Показ, выполнение упражнений
7	Концертная деятельность	4	0	4	Творческий отчёт
	<b>ИТОГО</b>	<b>72ч.</b>	<b>6</b>	<b>66</b>	

### Содержание программы:

В программный материал по изучению вальса входит:

- беседы об истории возникновения и развития вальса;
- усвоение тренировочных упражнений на середине зала;
- разучивание отдельных движений и комбинаций;
- разучивание композиций

*1. Вводное занятие. Инструктаж. История возникновения и развития вальса. Просмотр вальсовых композиций. (2 часа)*

Теория (2 ч) - соблюдение правил безопасного поведения в танцевальном зале во время проведения занятий; - соблюдение требований к подбору одежды и обуви для занятий; - умение осуществлять контроль и самоконтроль при физических нагрузках во время занятий.

*2. Позиции ног и рук. Работа в паре. 2 час*  
Практика-(2 час) I,II,III позиции.

### 3. Основные движения фигурного вальса.

Теория (4 ч): Объяснение схемы танца и связок. Составление танцевальной композиции из ранее проученных элементов и комбинаций. При постановке танцевальной композиции следует учесть уровень восприятия, эмоционального и физического развития, интересов обучающихся.

Практика:(20 час): Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой. «Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее). Вальсовая дорожка (променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Шаги вальса по кругу.

### 4. Разучивание отдельных движений и композиций.

Практика (16 часов): Положения в паре. Раскрытия. Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. «Окошко» и смена мест. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук.

### 5. Разучивание комбинаций.

Практика (12 часов):

I Комбинация: выход и поклон; «Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием; «Окошко» и смена мест.

II Комбинация: движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене; раскрытия с поворотом партнерши под рукой и «Променад».

III Комбинация: маленький квадрат в паре; большой квадрат в паре; венский вальс и поклон.

### 6. Разучивание вальса в целом. Постановочная работа:

Практика: (12 час): Рисунок танца: линия, круг, диагональ, два круга, «прочес», «до» за «до», «змейка». Соединение комбинаций.

### 7. Концертная деятельность.

Практика: (4 час): Выступление на «последнем звонке» и «выпускном вечере».

### Календарный учебный график

Группа \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_ учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год	Режим занятий (X раз/в неделю по X часов)	Дата начала и окончания каникул
I полугодие	01/09/2022	30/12/2022	16	16	2	72	1 раза по 2 часа	обучение в каникулярный период в

								обычном режиме по расписанию
II полугодие	09/01/2023	31/05/2023	20	20	2	72	1 раз по 2 часа	обучение в каникулярный период в обычном режиме по расписанию

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

- хореографический зал, оборудованный балетными станками и зеркалами;
- технические средства: музыкальный центр, компьютер, USB-флеш-накопитель, CD- диски,
- аранжировка музыкального материала с возможными материальными затратами;

К техническим средствам обучения, которые могут и должны эффективно использоваться на занятиях «Фигурный вальс», относятся:

- DVD-плеер;
- цифровой фотоаппарат, цифровая камера (видеокамера);
- компьютер и т.д.

### **Информационно – медийное обеспечение:**

Сайт: [esta.nm.ru/dance/fw.html](http://esta.nm.ru/dance/fw.html)

<http://chertkov.ucoz.ru/MethodMaterial/Muz/posobie.pdf>

Сайт: [www.valsis.ru](http://www.valsis.ru) (Учись танцевать вальс!)

<http://www.youtube.com/watch?v=GI37fUfGteY>

[http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln\\_8Q](http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln_8Q)

<http://4dancer.ru/index.php?nma=blog&fla=news&cat=20&ids=91>

[http://tancor.spb.ru/f\\_waltz.htm](http://tancor.spb.ru/f_waltz.htm)

[http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ\\_3Qup-Y](http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ_3Qup-Y)

<http://www.4dancing.ru/blogs/060910/266/>

<http://terpsihora.net/index.php/uroki/teoriya/131-pozitsii-ruk-i-nog-v-klassicheskom-tantse>

### **Список литературы для педагога:**

1. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.

2. Гребенкин А.В. Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М.:, 2003.
3. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
4. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
5. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
6. Казлаускас С., Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.

#### **Список литературы для обучающихся:**

1. Бальные танцы/Сост. А.Н. Беликова - М.: Сов.Россия. (Б-чка «В помощь худож. самодеятельности.» № 8.) 1984.- 100 с.
2. Бальные танцы / Сост. А.Н. Беликова М.: Сов.Россия. (Б-чка «В помощь худож. самодеятельности».№11.) 1976. – 96 с.
3. Бальные танцы / Сост. А.Н. Беликова М.: Сов.Россия. (Б-чка «В помощь худож. самодеятельности».№8.) 1975. – 112 с.
4. Бальные танцы /А.Мур. Пер. с англ.С.Ю.Бардиной.- М:ООО «Издательство АСТ»; «Издательство Астрель»,2004.-319с.
5. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец, - М. «Искусство», 1963.-389 с.
6. Васильева Е. Танец.- М. «Искусство», 1968.- 237с.
- 7.Европейская школа корреспондентского обучения. «Искусство современного танца» 2001.-37с. 9. Эльяш Н. Образы танца, - М. «Издательство», 1970.-237с.

**Вопросы по теме «Ритмы вальса»**

1. История возникновения вальса
2. Виды вальса
3. Линия танца в фигурном вальсе
4. Позиции рук и ног
5. Правила техники безопасности на занятиях и мероприятиях.

**Карта наблюдения «Разминка»**

ФИО	Статическая гимнастика	Динамическая гимнастика	Правильное дыхание	Техника выполнения упражнений

**Критерии:**

- высокий уровень – правильное и точное выполнение упражнения, правильная постановка дыхания;
- средний уровень - выполнение упражнения с небольшими погрешностями, незначительные ошибки в постановке дыхания;
- низкий уровень - выполнение упражнения с погрешностями, ошибки при постановке дыхания.

**Карта наблюдения «Основные движения фигурного вальса»**

ФИО	Положения рук, позиции ног	Владение основными элементами техники	Знание основных движений и фигур	Пластичность и эмоциональная выразительность
1.				
2.				
3.				

**Критерии:**

- высокий уровень- правильное и точное выполнение движений, хорошо ориентируются в пространстве, исполнение выразительное;
- средний уровень - выполнение упражнения с незначительными погрешностями, невыразительно;

- низкий уровень – движения выполняются неуверенно, допускаются значительные ошибки.

#### Приложение 4

#### Карта

#### наблюдения «Постановочная работа. Выступление»

ФИО	Ориентация в пространстве. Взаимодействие в паре	Эмоциональная выразительность	Знание основных движений фигур танца	и Владение чувством ритма и темпа
1.				
2.				
3.				

#### Критерии:

- высокий уровень – правильное и точное выполнение упражнений, хорошо ориентируются в пространстве; исполнение выразительное, технически качественное и художественно осмысленное;
- средний уровень - грамотное исполнение с небольшими недочетами как в техническом так и в художественном плане.
- низкий уровень – выполнение с большим количеством недочетов, слабая техническая подготовка, незнание техники исполнения изученных движений, движения выполняются неуверенно и невыразительно, допускаются значительные ошибки.

#### Критерии оценивания исполнения вальсовой композиции

- высокий уровень – точное исполнение движений фигурного вальса, все движения выполняются в темпе музыки с нужной четкостью; передает в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки; чувствует себя комфортно;
- средний уровень – выполняет в темпе музыки половину и более движений; но отсутствует чистота в движениях, допускает погрешности, в некоторых моментах не чувствует себя комфортно;
- низкий уровень – учащийся самостоятельно не выполняет движения, повторяет за другими, путается, мимика бедная, движения не выразительные, чувствует дискомфорт, зажат.