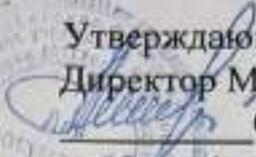


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от « 30 » августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
 С.В.Андреев
« 30 » августа 2024 г.
Приказ № 175



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»,
авторы Мигачева С.К., Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Козлитина Евгения Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»
1 год обучения
2024– 2025 учебный год

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предпол-гаемые	Фактиче-ские				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Цели и задачи нового учебного года. Содержание и форма занятий. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим. Инструктаж по технике безопасности (правила поведения в танцевальном классе и во Дворце детского творчества). Правила дорожного движения.	Знакомство с танцевальным направление «Эстрадный танец» Игра «танцевальный пазл»	Звуковоспроизво- дящая аппаратура.
2.			2.1 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие сообщения (изучения) новых	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки: (с хлопками). Сел сверчок на шесток, Таракан – в уголок. Сели-посидели. Песенку запели. Услыхали ложки-	Звуковоспроизво- дящая аппаратура;

				<p>знаний; занятие – репетиция.</p>		<p>вытянули ножки. Услыхали калачи- Да попрыгали с печи, Да давай подпевать, Подпевать да танцевать! Как без дудки, без дуды, Ходят ноги не туды. А как дудочку почуют, Сами ноженьки танцуют. Журавли пошли плясать, Долги ноги выставлять. Бух, бух, бух. Выстукиваем ритм ударами локтей и суставами согнутых пальцев по столу. Ай, туки, туки, туки, Застучали молотки. Застучали молотки, Заиграли в локотки: Тук- ток, тук- ток.</p> <p>Постоянно чередуем хлопки в ладоши и удары ладоней о ладони партнера, приговаривая:</p> <p>О, чки, чки, чки Очуречечки, Ложки, плошки, поварешки, Перевертушки! При слове «Перевертушки» игроки прыжком поворачиваются вокруг себя и, на каком бы месте ни остановились, должны повторить игровой припев, также чередуя хлопки и удары ладоней о ладони. Поворачиваются до тех пор, пока не займут первоначальное положение.</p> <p>Упражнение «Осенняя гамма» Пусто ласточек гнездо. До. I I II I (Далее везде аналогично) Осенины на дворе. Ре. Плачет ветер за дверьми. Ми. Дождика тиха строфа. Фа. У него своя есть роль. Соль. Затихает вся земля. Ля. Дождик скуку унеси! Си. Пусто ласточек гнездо. До1 – до2 - до1 – до2. I I I I. Текст читает педагог, дети поют ноты в указанном ритме.</p> <p>Со звучащими жестами: «Ритмическое освоение слов» Проговаривать слова в умеренном темпе в двух-трех- и четырехсложных тактах по слогам. Произносить слова выразительно, выделяя ударный слог. Обратит внимание детей на то, что одни слоги в словах звучат длиннее, а другие короче. Например, 2/4 ма-ма, па-па, кош-ка, ка-ша, Да-ша, доч-ка, туч-ка, цве-ток.</p>
--	--	--	--	---	--	--

						<p>3/4 ма-моч-ка, сол-ныш-ко, пе-сен-ка, де-воч-ка</p> <p>4/4 че-ре-па-ха, по-гре-муш-ка, ве-ло-си-пед.</p> <p>Предложить детям самим придумать подобные слова. Заменить слова хлопками.</p> <p>«Назови свое имя» Дети стоят в кругу и по очереди хлопают- «тактируют» свои имена.</p> <p>«Кто справа?» Дети стоят в кругу. По очереди хлопают- «Тактируют» имена своего соседа справа.</p> <p>Ритмические импровизации. Дети сидят полукругом. Педагог задает ритм хлопками. По сигналу все дети хлопают в ладоши в заданном ритме, По сигналу останавливаются.</p> <p>Перемена ритма. По сигналу дети хлопают в одном ритме, затем ритм меняется на более быстрый или на более медленный.</p> <p>Каждому свой ритм. Группа делится на две команды. Каждой команде задается определенный ритм. Команды по очереди несколько раз повторяют свое задание. После чего обе команды выполняют свои задания одновременно.</p> <p>Раз, два, три, повтори! Педагог задает хлопками ритмическую фразу, которую дети повторяют «звучащими жестами»: хлопками, притопами, шлепками, щелчками и т. д.</p>	
3.	09.09.24 – 15.09.24		2.2 Ритмика и музыкальная грамота.		Музыкально-ритмические навыки составляют основу упражнений с музыкальными заданиями. Они подводят воспитанников к пониманию законов ритмического строения музыкальных произведений, уч	Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки	Звуковоспроизводящая аппаратура;

8.			<p>2.7 Ритмика и музыкальная грамота</p>	<p>Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.</p>	<p>2 часа</p>	<p>Ритмические упражнения развивают слуховое и зрительное внимание, работают над эмоциями, воспитывают у детей творческие способности и воображение, а также развивают волевые качества.</p> <p>При пении слов «тук-тук» ребенок должен повторить ритмический рисунок, исполненный руководителем</p>	<p>Упражнения для развития ритма и речи:</p> <p>Упражнение «Музыкальные молоточки» Дятел сядет на сучок: Тук- тук- тук, тук- тук- тук! Дятел смотрит, где жучок: Тук- тук- тук, тук- тук- тук! Над дубравой сильный град: Туки- туки-тук, туки-туки-тук! С дуба желуди летят: Туки- туки-тук, туки-туки-тук! Строят хату два бобра: Тук- тук да тук, тук- тук да тук! Без гвоздей, без топора: Тук- тук да тук, тук-тук да тук!</p> <p>Упражнение «Слушай сильную долю». После прослушивания музыки педагог обращает внимание детей на то, что сильные и слабые звуки чередуются равномерно. На сильную долю такта, дети хлопают в ладоши, на слабую топают ногой. Затем они делятся на две группы: на сильную долю стучит барабан, на слабую- звучит погремушка.</p> <p>Упражнение «Мячики» (Л. Шитте Этюд) Дети стоят по кругу, руки на поясе.</p> <p>1-я фраза. Хлопки.</p> <p>2-я фраза. Притопы.</p> <p>3-я фраза. Хлопки.</p> <p>4-я фраза. Шлепки по коленям.</p> <p>Упражнение «Веселые четверки»</p> <p>И.П.: дети делятся на группы по четыре человека и встают в свою четверку, образуя фигуру ромба. Ведущий четверки стоит спиной к своей группе, а остальные ее участники повернуты лицом к спине ведущего.</p> <p>С началом звучания ведущий начинает воспроизводить ритмический рисунок на ложках под музыку веселого быстрого танца, а остальные участники четверки повторяют ритм хлопками за своим ведущим. Когда ведущему надоест его роль, он</p>	<p>Звуковоспроизводящая аппаратура;</p>
----	--	--	--	--	---------------	--	---	---

							<p>поворачивается вправо или влево и отдает роль ведущего соседу. Четверка перестраивается под нового ведущего.</p> <p>Упражнение «Найди пару»</p> <p>И.П.: дети стоят в парах друг против друга в произвольном порядке; договариваются, кто из них будет ведущим, а кто ведомым.</p> <p>С началом звучания музыки ведомый закрывает глаза и протягивает вперед руки. Ведущий берет партнера за руки и под музыку водит его в различных направлениях.</p> <p>По сигналу педагога ведущие меняют своих партнеров. Ведомые с закрытыми глазами стоят на месте и ждут, когда их найдут новые партнеры и поведут под музыку. При повторе игры партнеры в паре меняются ролями.</p>	
9.	30.09.24 - 06.10.24		2.8 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.	Звуковоспроизводящая аппаратура;
10.			2.9 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.	Звуковоспроизводящая аппаратура;
11.	07.10.24 - 13.10.24		2.10 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
12.			2.11 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие –	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.	Звуковоспроизводящая аппаратура;

				репетиция.				
13.	14.10.24 - 20.10.24		2.12 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие повторени е; занятие – репетиция.	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
14.			2.13 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;.	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.	Звуковоспроизво дящая аппаратура;
15.	21.10.24 - 27.10.24		2.14 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Согласовывать с музыкой следующие движения: бегать быстро, с относительно высоким подъемом ног, передавать игровые образы различного характера. Учить ускорять и замедлять движения, пытаться выразительно передавать характерные элементы знакомых движений. Самостоятельно начинать движение после вступления.	Упражнения на ориентировку в пространстве Правильное исходное положение. Совершенствование <u>навыка ходьбы</u> : приставной шаг - исполняется в разном характере (под марш - четко почти без сгибания колена; под танцевальную музыку - мягко пружиня на одной или обеих ногах, а под музыку с яркими метрическими акцентами на «раз» - с притопом). Совершенствование <u>навыка бега</u> : высокий бег. Движение исполняется под четкую отрывистую музыку. <u>Виды прыжков</u> : легкие подскоки (работает ступня, руки слегка двигаются одна вперед, а другая назад), галоп вперед «Лошадки». <u>Пространственные построения и перестроения:</u> «Стайка», «Змейки». При простой «змейке» дети строятся в колонну, взявшись за руки, затем - не держась за руки.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
16.			3.1 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа	Для развития выворотности голеностопных и бедренных суставов выполняют элементы классического танца для ног. упражнения в седе для развития выворотности ног,	Комплекс упражнений №3 <i>Для развития координации, силы мышц ног и пресса:</i> • одновременное и поочередное сгибание ног из облегченных и. п.; • отведение, приведение и круговые движения в голеностопных суставах; • захватывание и передвижение скакалок, пальцами ног; • сгибание и разгибание ног (свободное, с сопротивлением и с отягощением) в коленных и тазобедренных	Звуковоспроизво дящая аппаратура; коврики;

						<p>выполняемые самостоятельно и с помощью; пассивное растягивание с помощью партнера или учителя.</p> <p>Упражнения выполняются лежа и сидя, с опорой на руки и на локти.</p>	<p>суставах;</p> <ul style="list-style-type: none"> максимальное растягивание и расслабление ног; маховые и круговые движения из различных и. п.; <p><i>Для развития гибкости спины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -«лодочка» - и.п. лежа на животе: прогибание поясницы с одноименным и разноименным подниманием рук и ног; - «ящерица» - и.п. лежа на животе: руки в упор перед грудью, ноги прижаты к полу, сильно выпрямлены и сведены. Поднимание верхней части тела, таз и ноги остаются неподвижными; - «скорпион» - и.п. лежа на животе: руки в упор перед грудью, ноги согнуты в коленях так, чтобы пяточки доставали до лба. Подъем сильно вытянут. - «рыбка» - и.п. лежа на животе: поднимание рывком верхней части тела без помощи рук, таз и ноги остаются неподвижными; - «корзиночка» - и.п. лежа на животе: зажать щиколотку руками и вытянуть вверх; - «коробочка» - и.п. лежа на животе: поднимаем верхнюю часть тела, одновременно сгибая колени (стараясь глазами увидеть пятки). 	
17.	28.10.24 - 03.11.24		3.2 Партерная хореография=	Занятие изучение новых знаний	2 часа	<p>При выполнении упражнений на полу важно сохранять ритм дыхания, не задерживая его. В упражнениях сидя и лежа все элементы должны выполняться с постепенным увеличением амплитуды</p>	Комплекс упражнений №3	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики
18.			3.3 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	<p>При выполнении упражнений на полу важно сохранять ритм дыхания, не задерживая его. В упражнениях сидя и лежа все элементы должны выполняться с постепенным</p>	Комплекс упражнений №3	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики

						увеличением амплитуды		
19.	04.10.24 - 10.11.24		3.4 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	При работе в партере важно следить за правильным дыханием воспитанника. Обращаем внимание на вытянутость стоп и колен	Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п. <ul style="list-style-type: none"> И. п. — сидя на пятках, руки на полу. Подняв одну руку вверх, соединить пальцы рук за спиной, держать 6 с, дыхание ровное. Разъединить пальцы, расслабить руки, повторить со сменой рук. И. п. — сидя ноги врозь, руки в стороны. Глубокий наклон вперед, скользя руками по голени до плотного касания грудью пола. Держать 4 с, дыхание ровное. И. п. — сидя ноги врозь, руки в стороны. Согнуть правую ногу, не отрывая бедра от пола, и коснуться пальцами правой ноги левого бедра. Согнуть левую ногу и положить ее на правую. Наклонить туловище влево до касания пола руками. Держать 4 с, дыхание ровное. Вернуться в и. п., расслабить мышцы. То же в другую сторону. И. п. — лежа в упоре. Сгибая ноги, достать ступнями до головы, держать 6 с, вернуться в и. п., расслабиться. И. п. — лежа на спине. Поднимая прямые ноги и поддерживая руками крестец, пронести ноги за голову, коснуться пола. Руки положить на пол. Держать 4 с, опустить в и. п. <p>И. п. — лежа в упоре. Взяться за ноги, раскачиваясь вперед-назад. Ноги поднимать до предела, голову сильно отводить назад. Расслабиться.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики
20.			3.5 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	При работе в партере важно следить за правильным дыханием воспитанника. Обращаем внимание на вытянутость стоп и колен.	Комплекс упражнений для развития гибкости и о.ф.п. I комплекс <ul style="list-style-type: none"> И. п. — сидя, ноги согнуты, руки вперед, в руках сложенная вчетверо скакалка. Поднимая руки вверх, отводить их за спину и возвращать обратно. Повторить 8—10 раз. И. п. — сидя со скрещенными ногами, руки соединены за спиной. Пружинящие наклоны вперед до касания лбом пола. Задержка в крайнем положении 3—4 с. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики

							<ul style="list-style-type: none"> • И. п. — сидя с выпрямленными ногами. Глубокий наклон вперед, коснуться грудью бедер, пальцами рук захватить пальцы ног. Задержаться в этом положении до 6 с, дыхание ровное. • И. п. — лежа на спине. Сделать «мост» и коснуться пальцами рук пяток. Задержаться в этом положении до 4 с, сохраняя ровное дыхание. После каждой попытки расслаблять мышцы. • И. п. — лежа на спине, руки вверх. Отвести ногу в сторону, взяться рукой за пальцы ноги. Задержаться в этом положении 4—6 с. То же другой ногой. 	
21.	11.11.24 - 17.11.24		3.6 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики
22.			3.7 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики
23.	18.11.24 - 24.11.24		3.8 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики
24.			3.9 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики
25.	25.11.24 - 01.12.24		3.10 Партерная хореография.	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики
26.			3.11 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие –	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизводящая аппаратура.ковр

				репетиция.				ики
27.	02.12.24 - 08.12.24		3.12 Партерная хореография	Занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.ковр ики
28.			3.13 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.ковр ики
29.	09.12.24 - 15.12.24		3.14 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.ковр ики
30.			3.15 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.ковр ики
31.	16.12.24 - 22.12.24		3.16 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.ковр ики
32.			3.17 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.ковр ики
33.	23.12.24 - 29.12.24		3.18 Партерная хореография.	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.ковр ики
34.			7.1 Постановка и	Занятие получение	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций для открытого урока. Отработка сценического номера.	Звуковоспроизво дящая

			репетиции	новых знаний, занятие – репетиция.				аппаратура.
35.	30.12.24 – 31.12..24		7.2 Постановка и репетиции	Занятие получение новых знаний, занятие – репетиция.	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций для открытого урока. Отработка сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
36.			9.1 Контрольное занятие	Занятие по контролю знаний и умений обучающихся	2 часа	Контроль знаний умений и навыков воспитанников осуществляется в форме открытого урока.	Задания на чувство ритма, музыкальности и координации воспитанников. Выполнение комплексов 1,2,3 в партере.	Звуковоспроизводящая аппаратура.коврики.
37.	09.01.25 – 12.01.25		4.1 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция..	2 часа	Изучение функций головы в технике и пластике танца. Координация движений головы, рук и корпуса. Выработка выразительности взгляда при наклоне и повороте головы	Экзерсис у станка Постановка корпуса. Позиции ног: первая, вторая, третья, пятая и четвертая. Деми-плие в первой, второй, третьей, пятой и четвертой позициях.	Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты.
38.			4.2 Азбука классического танца.	занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
39.	13.01.25 - 19.01.25		4.3 Азбука классического танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	При выполнении упражнений следим за постановкой ног, корпуса, рук и головы. Необходимо достичь устойчивости корпуса без помощи станка и добиться наибольшей выворотности, мышечной	Экзерсис у станка Постановка корпуса. • Деми-плие в первой, второй, третьей, пятой и четвертой позициях. • Батман тандю: а) с первой и пятой позиций вперед — в сторону — назад; б)с деми-плие вперед — в сторону — назад в первой, третьей и пятой	Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты

						организованности тела без какого-либо напряжения	позициях; <ul style="list-style-type: none"> • пассе пар терр с проведением ноги вперед и назад через первую позицию. • Батман тандю жете: а) с первой и пятой позиций вперед — в сторону — назад; б) с деми-плие в первую и пятую позиции вперед — в сторону — на зад. • Рон де жамб пар терр ан деор и ан дедан. 	
40.			4.4 Азбука классического танца	занятие – репетиция.	2 часа	.	Экзерсис у станка.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
41.	20.01.25 – 26.01.25		4.5 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Изученные у станка элементы выносятся на середину зала и исполняются в том же порядке.	Экзерсис у станка. Экзерсис на середине. <ul style="list-style-type: none"> • Положение эпольман, круазе и эффасе. • Позиции рук: подготовительное положение, первая, вторая, третья. • Поклон. • Первое, второе и третье пор де бра без перегиба корпуса ан фаси эпольман. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
42.			4.6 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	Необходимо соблюдать правильное положение кистей рук, локтей, расстояние между станком и корпусом. Введение подготовки к упражнению (preparation), способствующей концентрации внимания перед началом упражнения.	Экзерсис у станка <ul style="list-style-type: none"> • Положение ноги на щиколотке (сюрле ку-де-пье) условное и простое. • Релеве на полупальцы в первой, второй и пятой позициях на вытянутых ногах с деми-плие. • Батман фондю вперед — в сторону — назад, носком в пол, • Батман релеве лан на 90° с первой и пятой позиций вперед — в сторону — назад, на 45°. • Рон де жамб ан лер ан деор и ан дедан, лицом к станку, сгибая и разгибая ногу, открытую в сторону на 25°, по прямой линии. Экзерсис на середине класса.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

43.	27.01.25 - 02.02.25		4.7 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине класса.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
44.			4.8 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине класса. • Основные позы: а) круазе вперед — назад, б) эффасе вперед — назад, в) экарте назад — вперед. • Па де бурре с переменной ног ан фас. • Арабеск первый, второй и третий, носком в пол.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
45.	03.02.25 – 09.02.25		4.9 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине класса.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
46.			4.10 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине класса.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
47.	10.02.25 – 16.02.25		4.11 Азбука классического танца .	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	Изучение позиций рук и функций кистей. Приемы allongee и agondie, а также приемы «подхват» и «взмах», как составляющие элементы portdebras в направлениях endehorsendedans. Особенность и работы над руками: развитие их пластичности и естественности. Предотвращение манерности.	Экзерсис у станка. • Батман девелоппе: вперед — в сторону — назад на 45°; • Гран батман жете с первой и пятой позиций вперед — в сторону — назад. • Сгибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку). • Первое и третье пор де бра. Экзерсис на середине класса.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
48.			4.12 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка Экзерсис на середине класса.	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
49.	17.02.25 – 23.02.25		4.13 Азбука классического	Занятие сообщения (изучения)	2 часа	Методическая раскладка выполнения движения. Изучение данного	Экзерсис у станка. Экзерсис на середине класса. Аллегро	Звуковоспроизво дящая аппаратура,

			танца	новых знаний; занятие – репетиция.		движения. Значение его как связующего. Значение как самостоятельного движения в танце. Координация корпуса, рук и головы при исполнении движения.	<ul style="list-style-type: none"> • Соте в первой, второй и шестой позициях. • Па эшаппе во вторую позицию. • Па балансе. • Па ассамбле (с вынесением ноги в сторону). • Па глиссад с продвижением в сторону. 	
50.			5.1 Танцевальные этюды	занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «хореографический этюд». Игровые этюды направлены на реализацию ребенком собственного понимания музыки.	Игровые танцевальные этюды: <ul style="list-style-type: none"> • «Веселая бабочка» — свободная ходьба и бег с размахиванием руками. • «Поезд». Стать в колонну, положив левую руку на плечо впереди стоящего. Ведущий — локомотив а остальные — вагончики. • «Ветер и листья». Учитель дует, как ветер, а дети бегают по площадке, как разгоняемые ветром листья. При прекращении «ветра» дети приседают. • «Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. • «Резвые мышата» — ползание на коленях с подъемом на пальцы. <p>«Ловля бабочек» — подскоки с имитацией ловли бабочек.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.	24.02.25 – 02.03.25		5.2 Танцевальные этюды	занятие – репетиция.	2 часа	Игровые этюды направлены на реализацию ребенком собственного понимания музыки.	Игровые танцевальные этюды: <ul style="list-style-type: none"> • «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления. • «Веселые лошадки» – бег с подъемом коленей. • «На скакалке я скачу...» для развития дыхательного аппарата и координации движений. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
52.			5.3 Танцевальные этюды	занятие – репетиция.	2 часа	Обращаем внимание на способы связи позы с движением, с музыкой, т.е. позы должны быть «говорящими», а движения «рассказывающими». Основы и принципы	Игровые танцевальные этюды: <p>Упражнения для развития ритма и речи. Игровое упражнение «Угадай». Дети идут по кругу, держась за руки. Водящий с бубном в центре круга под текст ритмично ударяет в бубен. Все говорят: --Вот лягушка по дорожке Скачет, вытянувши</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. Детские музыкальные инструменты

					<p>перехода пластических поз из одной в другую.</p>	<p>ножки, Увидала комара- закричала...</p> <p>На слово «комара» ребенок поднимает бубен вверх. На слово «закричала» круг останавливается, все делают шаг назад, водящий отдает бубен ребенку, стоящему сзади него. Тот, кому отдали бубен, берет его и произносит «Ква- ква- ква», ударяя по бубну. Водящий должен по слуху угадать, кто это сказал, после чего они меняются местами.</p> <p>Упражнение с хлопками (Венгерская мелодия)</p> <p>I часть. Дети идут друг за другом; на сильную долю тактов они останавливаются, не приставляя ногу, а на паузу делают хлопок.</p> <p>II часть. Все бегут «змейкой» за ведущим; на сильную долю тактов 4 и 8- остановка. На паузу- хлопок.</p> <p>Ритмическое упражнение «Эхо». (Татарская танцевальная песня А. Эшпая).</p> <p>Это упражнение способствует усвоению ритмических групп: восьмая, 4 шестнадцатых, восьмая; и 4 шестнадцатых.</p> <p>Дети стоят по кругу лицом к центру, держась за руки. В центре круга ребенок с бубном в руках. Такты 1-4. Выполнение ритмического рисунка ударами в бубен. Такты 5-8. Ребенок продолжает тихо ударять в бубен. Остальные дети прохлопывают ритмический рисунок в ладоши. Такты 9-16 и 17-24. Повторение заданий тактов 1-8. Музыка проигрывается снова. Такты 1-4. Дети идут к центру круга (семь шагов) и на последнюю восьмую топают ногой. Такты 5-8. С правой ноги отходят назад спиной, топая на последнюю восьмую. Такты 9-12. Легко бегут по кругу вправо (шаг на каждую восьмую). Такты 13-16. Бегут влево. Одновременно ребенок с бубном негромкими ударами выполняет ритмический рисунок. Такты 17-24. Ребенок с</p>
--	--	--	--	--	---	---

							бубном называет имя любого из детей и тот повторяет заданный ритмический рисунок. Дети оценивают исполнение.	
53.	03.03.25 – 09.03.25		5.4 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Игровые танцевальные этюды: <ul style="list-style-type: none"> • «Снежинки» – этюд на построение и перестроение. • «Голуби» – игра на развитие пластики рук. • «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук. • «Лыжники» – импровизация. 	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
54.			5.5 Танцевальные этюды	занятие – репетиция.	2 часа		Игровые танцевальные этюды: . Выполнение этюдов под чтение стихов «У Лукоморья дуб зелекный»	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
55.	10.03.25 – 16.03.25		5.6 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Работа над выразительностью движений, жестов, поз, мимики. При этом надо стремиться, чтобы в любом движении ребёнка участвовало всё тело.	Игровые танцевальные этюды: <ul style="list-style-type: none"> • «Летняя поляна» - игра на развитие о.ф.п. • «Зоопарк» - музыкальная игра-подражание. • «Паучок» - танцевальная сказка. 	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
56.			5.7 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Игровые танцевальные этюды: Упражнения для развития ритма и речи. Выполнение этюдов под чтение стихов	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
57.	17.03.25 – 23.03.25		5.8 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Игровые танцевальные этюды: Упражнения для развития ритма и речи. Выполнение этюдов под чтение стихов	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
58.			6.1 Элементы акробатики	Занятие получение новых знаний	2 часа	Техника безопасности на уроках акробатики. Правильное положение тела и опоры при	Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.

						выполнении движения.		
59.	24.03.25 – 30.03.25		6.2 Элементы акробатики	Занятие получение новых знаний	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
60.			6.3 Элементы акробатики	Занятие получение новых знаний	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
61.	31.03.25 – 06.04.25		6.4 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
62.			6.5 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
63.	07.04.25 – 13.04.25		6.6 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
64.			6.7 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
65.	14.04.25 – 20.04.25		6.8 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизво дящая аппаратура.
66.			6.9 Элементы	Занятие применения	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания	Звуковоспроизво

			акробатики	знаний, умений, навыков;			руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувьрки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	дящая аппаратура.
67.	21.04.25 – 27.04.25		6.10 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувьрки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
68.			7.3 Постановка и репетиции	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
69.	28.04.25 – 04.05.25		7.4 Постановка и репетиции	занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
70.	05.05.25 – 11.05.25		7.5 Постановка и репетиции	занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
71.			7.6 Постановка и репетиции	; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
72.	12.05.25 – 18.05.25		8.2 Контрольное занятие	Занятие контроль знаний, умений, навыков.	2 часа	Выступление воспитанников на большой сцене.	Участие группы в отчетном концерте коллектива	Звуковоспроизводящая аппаратура.
Всего: 144 часа								

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В.Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»,
авторы Мигачева С.К., Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная

Год обучения – 10 год

Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Козлитина Евгения Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»
10 год обучения
2024– 2025 учебный год**

	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Знакомство с целями и задачами образовательной программы на учебный год, с содержанием занятий и перспективами на будущее. Упражнения на развитие ОФП	Экзерсис у станка	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			2.1 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	3 часа	Следить за положением спины: поясница прижата к полу, плечи касаются пола.	Азбука классического танца для ног выполняемая в партере. Выполнение обязательных элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
3.			2.2 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Следить за положением спины: поясница прижата к полу, плечи касаются пола.	Азбука классического танца для ног выполняемая в партере. Выполнение обязательных элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
4.			5.1 Элементы акробатики	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности на уроке акробатики. При выполнении равновесий	1. Равновесие шпагатом. 2. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками. 3. Равновесие кольцом. 4. Фронтальное. 5. Равновесие шпагатом с наклоном вперед. 6. Заднее равновесие. Способы выполнения шпагатов: 1. Скольжением. 2. Перемахом из упора лежа. 3. Из стойки перемахом. 4. Прыжком. 5. Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку. 6. Курбет в шпагат – перемахом. 7. Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом).	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Телевизор DVD проигрыватель.

5.	09.09.24 – 15.09.24		2.3 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Следить за положением спины: поясница прижата к полу, плечи касаются пола.	Азбука классического танца для ног выполняемая в партере. Выполнение обязательных элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
6.			2.4 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Выполняя комплекс упражнений, следим за натянутостью колена, положением спины, таза.	Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки: 1. И.п. лежа на коврик. Махи ногами по всем направлениям вытянутой стопой и сокращенной стопой 2. И.п. лежа на спине, руки на полу на «крестик» выполняем «заноски» сильно вытянутыми ногами, одновременно на 8 счетов поднимаем ноги вверх. Не прекращая выполнять заноски, опускаем ноги вниз. 3. Продолжая упр. 2 выполняем заноски сокращенной стопой, одновременно поднимаем ноги вверх до вертикального положения и опускаем вниз до и.п. 4. И. п. лежа на животе выполняем «лодочку» Раскачиваемся в таком положении с перекатом до стойки на груди. Задержать корпус в верхнем положении, удержать 8 счетов 5. И.п. лежа на животе выполнить «лягушку». Поднимаем корпус максимально вверх, удерживаем 8 счетов. Отрываем руки от пола и поднимаем вверх, удерживаем корпус без поддержки 8 счетов. Медленно возвращаем корпус в и.п. Следим за положением стоп и таза. 6. И.п. лежа на спине руки вытянуты вверх вдоль пола. 1 – 2 рывком садимся одновременно раскрывая ноги в поперечный шпагат; 3 – 4 кладем корпус на пол без помощи рук; 5 - 6 сводим ноги назад до положения лежа на животе; 7 – 8 перека- т тугим корпусом в и.п. 7. И.п. сидя на коврик ноги в поперечный шпагат руки во II позицию, 1 – 2 наклон к правой ноге левой рукой ч-з верх, 3 – 4 и.п.; 5 – 6 наклон к левой ноге правой рукой; 7-8 и.п. Упражнение выполняется с чередованием вытянутых и сокращенных стоп. Колени прогнуты, пятки оторваны от пола.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

							<p>8. И.п. сидя на поперечном шпагате, руки скрещены на груди. Выполняем ритмичные наклоны корпуса к одной и к другой ноге. Следим, чтобы при наклоне плечо находилось впереди колена.</p> <p>9. И. п. лежа на спине, ноги сильно вытянуты, выворотные и прижаты друг к другу. выполняем круговые движения ногами по большой амплитуде, слева на право и на оборот. Следим, что бы плечи были прижаты к полу.</p>	
7.		2.5 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа			Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
8.		5.2 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа			<p>Равновесия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие шпагатом. 2. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками. 3. Равновесие кольцом. 4. Фронтальное. 5. Равновесие шпагатом с наклоном вперед. 6. Заднее равновесие. <p>Выполнение шпагатов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Скольжением. 2. Перемахом из упора лежа. 3. Из стойки перемахом. 4. Прыжком. 5. Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку. 6. Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом). 	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
9.	16.09.24 - 22.09.24	2.6 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа			Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

10.			2.7 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Комплексе упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.
11.			2.8 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Комплексе упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
12.			5.3 Элементы акробатики	Занятие повторение;	3 часа		<p>Равновесия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие шпагатом. 2. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками. 3. Равновесие кольцом. 4. Фронтальное. 5. Равновесие шпагатом с наклоном вперед. 6. Заднее равновесие. <p>Выполнение шпагатов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Скольжением. 2. Перемахом из упора лежа. 3. Из стойки перемахом. 4. Прыжком. 5. Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку. 6. Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом). 	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
13.	23.09.24 -		2.9 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Комплексе упражнений Б. Эйфмана для развития	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

	29.09.24					гибкости и растяжки:	
14.		3.1 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Повторяются все изученные на предыдущих годах обучения движения экзерсиса у станка и на середине зала в различных сочетаниях. Темп нарастает. Координация движений усложняется.	<p><i>Экзерсис у станка</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Retites battements sur le cou-de-pied c plierelevenавсейстопеинаполупальцах. 2. Rond de jambeenl'eirendehorseten dedans сокончаниемна demi- plie-releve et relevenаполупальцах. 3. Demietgrandronddejambedeveloppe на полупальцах и с переходом из позы в позу. 4. Grand rond de jambejeteendehorseten dedans. 5. Battementsdeveloppestombeeface, в разных позах, завершая носком в пол и под 90 градусов. 6. Половина tourendehorsetendedans c plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45 и 90 градусов. <p><i>Экзерсис на середине зала</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Battements fondus: c pliereleve et demi rond de jambена 45° изпозывпозу; 2. Battementssoutenus на 90 градусов. 3. Grandbattementsjetedevoloppes. 4. Piroutteendehorsetendedans с V, IV, II позиций, с окончанием в V и VI позиции. <p><i>Allegro</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pasjeteferme. 2. Pasballotte (носком в пол). 3. Sissounefondus на 90° во всех направлениях. 4. Grandsissouneouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением. 5. Grandpasassemble. 6. Grandpasjete. 	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
15.		3.2 Азбука классического танца.	Занятие повторение; Занятие изучения новых знаний.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
16.		5.4 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<ol style="list-style-type: none"> 1. Мост на предплечьях. 2. Мост на одну ногу (с опорой на руки и ногу, свободная нога согнута и поднята вперёд). 3. Мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги. 4. Мост кольцом – свободная нога согнута назад к голове. 5. Мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение. 6. Мост с захватом руками за голень (мост-складка). 	
17.	30.09.24 - 06.10.24		3.3 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
18.			3.4 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
19.			3.5 Азбука классического танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
20.			5.5 Элементы акробатики	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты 7. Мост на предплечьях. 8. Мост на одну ногу (с опорой на руки и ногу, свободная нога согнута и поднята вперёд). 9. Мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги. 10. Мост кольцом – свободная нога согнута назад к голове. 11. Мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение. 12. Мост с захватом руками за голень (мост-складка). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
21.	07.10.24 - 13.10.24		3.6 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
22.			3.7 Азбука классического	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			танца.				<ul style="list-style-type: none"> • <i>Allegro.</i> 	
23.			3.8 Азбука классического танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
24.			5.6 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты 1. Мост на предплечьях. 2. Мост на одну ногу (с опорой на руки и ногу, свободная нога согнута и поднята вперёд). 3. Мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги. 4. Мост кольцом – свободная нога согнута назад к голове. 5. Мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение. 6. Мост с захватом руками за голень (мост-складка). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
25.	14.10.24 - 20.10.24		3.9 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
26.			3.10 Азбука классического танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
27.			3.11 Азбука классического танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
28.			5.7 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты 1. Мост на предплечьях. 2. Мост на одну ногу (с опорой на руки и ногу, свободная нога согнута и поднята вперёд). 3. Мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги. 4. Мост кольцом – свободная нога согнута назад к голове. 5. Мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение. 6. Мост с захватом руками за голень (мост-складка). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

29.	21.10.24 - 27.10.24		3.12 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Экзерсис у станка</i> • <i>Экзерсис на середине зала</i> • <i>Allegro.</i> 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
30.			3.13 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Усовершенствованиенавыков отличного выполнения упражнения в зависимости от характера и содержания музыки. Сочетание напряжения одних мышечных групп с расслаблением других. Развитие дифференцированного мышечного ощущения.	Волны телом во всех направлениях, работа над пластикой рук. Комбинирование свободной пластики рук и классической азбуки. Упражнения на развитие координации и культуры движения. Упражнения для развития устойчивости при равновесиях и прыжках.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
31.			3.14 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Понятие – контемп. Танцор слушает голос своего тела, которое выражает глубокие эмоциональные переживания. Особое внимание во время танца уделяется также: <ul style="list-style-type: none"> • Освобождению от мышечных зажимов, • Расслабление и освобождение суставов, • Выстраивание позвоночника, • Налаживание связей между центром тела и его конечностями. 	Волны телом во всех направлениях, работа над пластикой рук. Комбинирование свободной пластики рук и классической азбуки. Упражнения на развитие координации и культуры движения. Упражнения для развития устойчивости при равновесиях и прыжках. Основные элементы направления contemporary (контемп). <ul style="list-style-type: none"> • - разогрев в contemporary технике на полу; • - swing на полу (ногами, открытый свинг, с перекатом тела); • - перевороты на полу; • -swing сидя (руками, с перекатом всем телом); • -падения; • - swing стоя. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
32.			5.8 Элементы акробатики	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
33.	28.10.24 - 03.11.24		3.15 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Волны телом во всех направлениях, работа над пластикой рук. Комбинирование свободной пластики рук и классической азбуки. Упражнения на развитие координации и культуры движения. Упражнения для развития устойчивости при равновесиях и прыжках. Основные элементы направления contemporary (контемп).	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<ul style="list-style-type: none"> - разогрев в contemporary технике на полу; - swing на полу (ногами, открытый свинг, с перекатом тела); - перевороты на полу; -swing сидя (руками, с перекатом всем телом); -падения; - swing стоя. 	
34.		3.16 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	<p>Во время танца необходимо следить за:</p> <ul style="list-style-type: none"> • дыханием, • осознанием своего тела, • перемещением своего тела в пространстве, • качеством движения, скоростью и силой движения. 	<p>Основные элементы направления contemporary (контемп).</p> <ul style="list-style-type: none"> - разогрев в contemporary технике на полу; - swing на полу (ногами, открытый свинг, с перекатом тела); - перевороты на полу; -swing сидя (руками, с перекатом всем телом); -падения; - swing стоя. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
35.		3.17 Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Волны телом во всех направлениях, работа над пластикой рук. Комбинирование свободной пластики рук и классической азбуки.</p> <p>Упражнения на развитие координации и культуры движения. Упражнения для развития устойчивости при равновесиях и прыжках.</p> <p>Основные элементы направления contemporary (контемп).</p> <ul style="list-style-type: none"> - разогрев в contemporary технике на полу; - swing на полу (ногами, открытый свинг, с перекатом тела); - перевороты на полу; -swing сидя (руками, с перекатом всем телом); -падения; - swing 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
36.		5.9 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

37.	04.10.24 - 10.11.24		3.18 Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	1 час		<p>Волны телом во всех направлениях, работа над пластикой рук. Комбинирование свободной пластики рук и классической азбуки.</p> <p>Упражнения на развитие координации и культуры движения. Упражнения для развития устойчивости при равновесиях и прыжках.</p> <p>Основные элементы направления contemporary (контемп).</p> <ul style="list-style-type: none"> • - разогрев в contemporary технике на полу; • - swing на полу (ногами, открытый свинг, с перекатом тела); • - перевороты на полу; • -swing сидя (руками, с перекатом всем телом); • -падения; • - swing 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
38.			3.19 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Волны телом во всех направлениях, работа над пластикой рук. Комбинирование свободной пластики рук и классической азбуки.</p> <p>Упражнения на развитие координации и культуры движения. Упражнения для развития устойчивости при равновесиях и прыжках.</p> <p>Основные элементы направления contemporary (контемп).</p> <ul style="list-style-type: none"> • - разогрев в contemporary технике на полу; • - swing на полу (ногами, открытый свинг, с перекатом тела); • - перевороты на полу; • -swing сидя (руками, с перекатом всем телом); • -падения; • - swing 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
39.			3.20 Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Работа в танцевальном направлении контемп.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
40.			5.10 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Упоры: 1. Упор углом вне (ноги вместе и ноги врозь). 2. Высокий угол – ноги приближены	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							к груди. 3. Упор на локтях (с опорой животом и бедрами на локти согнутых рук). 4. Упор на локте (с поддержкой свободной рукой за опору). 5. Упор на локте (но свободная рука отведена в сторону или вверх), можно ноги врозь. 6. Горизонтальный упор (на полусогнутых руках без опоры на локти). 7. Горизонтальный упор на прямых руках (руки выпрямлены). Перекаты: 1. В сед согнув ноги, ноги врозь, согнувшись на 1, на 2. 2. С поворотом в шпагат. 3. Перекат, прогнувшись из упора лежа, с коленей без опоры. 4. Перекат в стойку на голове, в стойку на руках. 5. Перекат из шпагата, из седа, из приседа на 1.6. Перекат в сторону в шпагате. 7. Перекат через спину с раскрыванием.	
41.	11.11.24 - 17.11.24		3.21 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Работа в танцевальном направлении контемп.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
42.			6.1 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Обращаем особое внимание на характер предлагаемой музыки. Обсуждаем образы, возникающие в голове воспитанников, при прослушивании музыкального материала.	Постановка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
43.			6.2 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
44.			6.3 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
45.	18.11.24 - 24.11.24		6.4 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для концертного номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
46.			6.5 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
47.			6.6 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
48.			5.11 Элементы	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Упоры: 1. Упор углом вне (ноги вместе и ноги врозь). 2. Высокий угол – ноги приближены	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			акробатики				к груди. 3. Упор на локтях (с опорой животом и бедрами на локти согнутых рук). 4. Упор на локте (с поддержкой свободной рукой за опору). 5. Упор на локте (но свободная рука отведена в сторону или вверх), можно ноги врозь. 6. Горизонтальный упор (на полусогнутых руках без опоры на локти). 7. Горизонтальный упор на прямых руках (руки выпрямлены). Перекаты: 1. В сед согнув ноги, ноги врозь, согнувшись на 1, на 2. 2. С поворотом в шпагат. 3. Перекат, прогнувшись из упора лежа, с коленей без опоры. 4. Перекат в стойку на голове, в стойку на руках. 5. Перекат из шпагата, из седа, из приседа на 1.6. Перекат в сторону в шпагате. 7. Перекат через спину с раскрыванием.	
49.	25.11.24 - 01.12.24		6.7 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
50.			6.8 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.			6.9 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	
52.			7.1 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Разминка "Слово - Действие" Ведущий называет качество движения. Например: покачивания, растяжки, скручивание, ходьба, бег, падения и подъемы, тряска. Группа придумывает движение в данной категории тремя способами: через спонтанное физическое исследование; через прошлый опыт - движения, изученные в классах техники, выученные в танцах, увиденных спектаклях или в жизненных ситуациях; подражая другим танцорам и используя свои вариации. Танцоры должны сохранять непрерывность движения. После нескольких минут ведущий называет другую категорию. Разминка "Части тела" Танцоры встают в круг. Один танцор называет часть тела. Все танцоры двигают этой частью тела, сначала осторожно, затем все более и более активно. Через некоторое время другой танцор может назвать другую часть	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>тела. Танцоры тогда двигают вновь названной частью тела. Таким образом группа проходит по всем частям тела. Танцоры могут повторять процесс движения, когда движение начинается с одной части тела, а затем в него вовлекается все тело целиком</p> <p>Разминка "Локомотив" Все выстраиваются за одним танцором. Этот танцор двигается по пространству так, чтобы задействовать различные части тела. Через некоторое время другой танцор может встать во главу линии и принять руководство, используя новый вид движения. Движение должно стать постепенно более полным и более энергичным. Танцоры должны быть внимательными, не спешить, не делать слишком много за короткое время. Танцор, который чувствует, что не готов делать движение со всей группой, может встать в главу линии и начать другое движение, или может исполнять тот вариант движения, который чувствует более подходящим для себя. В течение этой разминки танцоры должны перемещаться по всему пространству, а не только по центру.</p>	
53.	02.12.24 - 08.12.24	6.10 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.		6.11 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.		6.12 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
56.		7.2 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие"</p> <p>"Зеркало" Танцоры делятся на пары, встают друг напротив друга. Один из них - ведущий, другой - ведомый. Когда ведущий движется, ведомый отражает каждое движение так точно, как это возможно. Цель - достигнуть такой согласованности</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							движения, чтобы наблюдатель не мог различить, кто ведет и кто следует. Ведущий должен сосредоточить свое внимание на том, чтобы двигаться четко, чтобы ведомый сохранял связь, а задача ведомого - чувствовать связь его движений с движениями ведущего. Через несколько минут танцоры меняются ролями и повторяют упражнение. <i>Вариация</i> Лидерство переходит между двумя танцорами. Смена может происходить в быстрой последовательности, так, что даже сами танцоры не смогут определить, когда эта смена происходит. Один из танцоров также может оставаться на время лидером. Ни один из танцоров не должен специально выбирать, сохранять ему лидерство или избегать этого.	
57.	09.12.24 - 15.12.24	6.13 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
58.		6.14 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
59.		6.15 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
60.		7.3 Актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" "Зеркало"	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
61.	16.12.24 - 22.12.24	6.16 Постановка и репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
62.		6.17 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
63.		6.18 Постановка и репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций, для сценического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
64.		7.4 Актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Во время выполнения упражнений, ни один из танцоров не должен	Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие"	Звуковоспроизводящая аппаратура.	

						специально выбирать, сохранять ему лидерство или избегать этого.	"Зеркало"	
65.	23.12.24 - 29.12.24		4.1 Танцевальные этюды	Контроль знаний и умений обучающихся	3 часа	Выполнение одиночных этюдов, на основе изученной танцевальной лексики в направлении контемп. «Я» в предлагаемых обстоятельствах»	Одиночные танцевальные этюды: «Я»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
66.			4.2 Танцевальные этюды			Выполнение одиночных этюдов, на основе изученной танцевальной лексики в направлении контемп. «Я» в предлагаемых обстоятельствах»	Одиночные танцевальные этюды: «Я»	
67.			4.3 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	При работе над танцевальным этюдом самое главное — непосредственность, ощущение правды и, конечно же, проявления индивидуальности, собственного «Я». Хореография в стиле контемпорари.	Танцевальные этюды: «Четыре стены»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
68.			7.5 Актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Во время выполнения упражнений, ни один из танцоров не должен специально выбирать, сохранять ему лидерство или избегать этого.	Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" "Зеркало"	Звуковоспроизводящая аппаратура.
69.	30.12.24 – 31.12..24		4.4 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Танцевальные этюды :«Я в предлагаемых обстоятельствах».	Танцевальные этюды: «Четыре стены»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
70.			8.1 Контрольное занятие	Контроль умения применять знания и полученные навыки на практике.	3 часа	Проверка знаний умений и навыков обучающихся полученных за первое полугодие.	Тесты: <ul style="list-style-type: none">• ОФП• Акробатика Исполнение танцевального этюда в стиле контемп.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
71.	09.01.25 – 12.01.25		2.10 Партерная хореография	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах: <ol style="list-style-type: none">1. И.п. стать спиной вплотную друг к другу и взяты за руки скрестно вверх. Первые номера пружинящие движения руками вперед (1-3). 4. И.п.. Амплитуда движения постепенно увеличивается.2. И.п. – то же. 1. Первые номера, наклонясь вперед, отрывают соупражняющегося от пола. 2. И.п. 3 – 4 наклон делают вторые номера.3. И.п. стать парами лицом друг к другу и взяты за руки подняв их в сторону.1 – 2 выпад назад разноименными ногами, свободную ногу вперед на носок, руки вперед, спину в верхней части закруглить, голову наклонить вперед. 3 – 4 И.п.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>4. И.п. парами стать вплотную боком друг к другу, взяться ближними руками внизу, дальними вверх. 1 – 2 выпад наружу наклоном внутрь. 3 – 4 и.п. Повернувшись кругом выполнить то же с другой ноги.</p> <p>5. И.п. парами стать вплотную спиной друг к другу, взяться за руки и поднять их в стороны. 1 – 2 руки вверх, выпад вперед разноименной ногой с наклоном назад. 3 – 4 и.п. выполнить то же с другой ноги.</p> <p>6. И.п. стать на правое колено лицом друг к другу, что бы носки левых ног соприкасались. Взяться правой рукой впереди, левую в сторону назад. 1 – 2 первые номера сед на пятки, наклон вперед, дугой кверху левую руку назад, голову опустить. Вторые номера – сгибая левую ногу в коленном суставе, поставить ее на носок и перенести на нее тяжесть тела, наклон назад, дугой к низу левую руку вверх. 3 – 4 и.п.</p> <p>7. И.п. – упор стоя на коленях, руки и бедра перпендикулярны полу. 1 – 2 округлить спину, голову опустить, 3 – 4 голову наклонить назад, прогнуть спину, руки не сгибать. Сначала делать движение плавно, затем резко на один счет и удерживать принятое положение 2, 3 счета.</p> <p>8. И.п. стойка ноги врозь, руки вверх. 1 – 2 наклон вперед, взяться с тыльной стороны за голени и постараться головой коснуться ног. 3 – 4</p>	
72.	13.01.25 - 19.01.25	2.11 Партерная хореография	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>Обязательные элементы для выполнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Мост». И.п.- стойка, ноги врозь, руки вверх. Выполнить мост с максимальным прогибанием. Измерить расстояние от пяток до конца третьего пальца рук. 2. «Складка, сидя на полу». И.п.- сед, ноги вместе. Выполнить наклон вперед. Фиксация положения 5 счетов. 3. «Наклон вперед, стоя на скамейке». И.п.- стойка на скамейке. Выполнить наклон вперед-вниз, стараясь дотянуться руками до пола. Измерить расстояние от плоскости скамейки до конца третьего пальца руки. 4. «Шпагат с опоры». Выполнить шпагат на правую (левую) ногу с опоры. Измерить расстояние от пятки до пола. 5. «Перевод палки». Перевод гимнастической палки с сантиметровой разметкой спереди назад и обратно. Измерить расстояние между кистями рук при выкруте палки прямыми руками. 6. И.п. – лежа на животе. Прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног. Измеряется расстояние 	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, скакалка, гимнастическая палка.

							<p>между лбом и стопами.</p> <p>7. «Поднимание туловища назад». Из положения лежа на животе, ноги закреплены на ширине плеч, руки вверх в замок. Поднимание туловища до вертикали. 15 повторений движения.</p> <p>8. Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на всей ступне. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах.</p> <p>9. Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на полупальце. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах.</p> <p>10. Прыжки через скакалку на двух ногах с прямыми ногами в воздухе. Без учета времени.</p> <p>Комплекс упражнений для работы в парах</p>	
73.		5.12 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты • Упоры • Перекаты • Кувьрки • Колеса • Перевороты • Стойки 	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
74.		2.12 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>Комплекс упражнений для работы в парах</p> <p>Обязательные элементы для выполнения:</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, скакалка, гимнастическая палка.	
75.		2.13 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>Комплекс упражнений для работы в парах</p> <p>Обязательные элементы для выполнения:</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, скакалка, гимнастическая палка.	
76.	20.01.25 – 26.01.25	2.14 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>Комплекс упражнений для работы в парах</p> <p>Обязательные элементы для выполнения:</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, скакалка, гимнастическая палка.	

77.			5.13 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты • Упоры • Перекаты • Кувьрки • Колеса • Перевороты • Стойки 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
78.			2.15 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>Комплекс упражнений для работы в парах</p> <p>Обязательные элементы для выполнения:</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, скакалка, гимнастическая палка.
79.			2.16 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>Комплекс упражнений для работы в парах</p> <p>Обязательные элементы для выполнения:</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, скакалка, гимнастическая палка.
80.	27.01.25 - 02.02.25		2.17 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>Комплекс упражнений для работы в парах</p> <p>Обязательные элементы для выполнения:</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, скакалка, гимнастическая палка.
81.			5.14 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты • Упоры • Перекаты • Кувьрки • Колеса • Перевороты • Стойки 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
82.			3.22 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Понятие «устойчивость». Кинетические процессы, происходящие в теле, при потере устойчивости. Выделение мышц, которые помогают сохранить устойчивость.	<p>Работа над устойчивостью в основных классических позах:</p> <ul style="list-style-type: none"> • croise`евперед (attitude crois`евперед) • croise`еназад (attitude croise`еназад) • efface`евперед (attitude efface`евперед) • efface`еназад (attitude efface`еназад) • I arabesque • 11 arabesque 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<ul style="list-style-type: none"> • III arabesque • IV arabesque • e`carteeвперед • e`carte`еназад • alaseconde 	
83.			3.23 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Понятие «классическая поза». Художественная манера, стиль, образ выполнения поз. Мышечное ощущение выполнения поз.	Работа над устойчивостью в основных классических позах: <ul style="list-style-type: none"> • croise`евперед (attitude crois`еевперед) • croise`еназади (attitude croise`еназад) • efface`евперед (attitude efface`евперед) • efface`еназади (attitude efface`еназад) • I arabesque • II arabesque • III arabesque • IV arabesque • e`carteeвперед • e`carte`еназад • alaseconde 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
84.	03.02.25 – 09.02.25		3.24 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Работа над устойчивостью в основных классических позах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
85.			5.15 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты • Упоры • Перекаты • Кувьрки • Колеса • Перевороты • Стойки 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
86.			3.25 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Классические позы: малые позы — с работающей ногой на полу; средние позы — с работающей ногой на высоте 45", большие позы — с работающей ногой на 90° и выше.	Работа над устойчивостью в основных классических позах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
87.			3.26 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Работа над устойчивостью в основных классических позах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

88.	10.02.25 – 16.02.25		3.27 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Работа над устойчивостью в основных классических позах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
89.			5.16 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты • Упоры • Перекаты • Кувьрки • Колеса • Перевороты • Стойки 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
90.			3.28 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Большие позы, выполняемые с нескольких основных приемов, при исходном положении ног в V позиции	Работа над устойчивостью в больших позах по V позиции: <ul style="list-style-type: none"> • battement releve` lent; • battement de`veloppe`; • battement fondu; • battementjete`. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
91.			3.29 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	<p>Последовательность технического выполнения больших пируэтов (и малых) состоит из шести основных фаз:</p> <ul style="list-style-type: none"> • подготовка — preparation — и преднастройка, • построение конструкции позы; • интенсивное plie`; • вращательный толчок; • собственно вращение; • торможение; • удержание позы после остановки. 	Работа над устойчивостью в больших позах по V позиции: <ul style="list-style-type: none"> • battement releve` lent; • battement de`veloppe`; • battement fondu; • battementjete`. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
92.	17.02.25 – 23.02.25		3.30 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	<p>Программные прыжки можно условно разделить на 5 групп:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. прыжки с двух ног на две ноги; 2. прыжки с двух ног на одну ногу; 3. прыжки с одной ноги на одну ногу (на ту же); 	Работа над устойчивостью в больших позах по V позиции: <ul style="list-style-type: none"> • battement releve` lent; • battement de`veloppe`; • battement fondu; • battementjete`. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

					4. прыжки с одной ноги на другую; 5. прыжки с одной ноги на две ноги.		
93.		5.17 Элементы акробатики	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение шпагатов: • Равновесия • Мосты • Упоры • Перекаты • Кувырки • Колеса • Перевороты • Стойки 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
94.		3.31 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	<p>движения, связанные с изменением больших поз на полупальцах, можно условно объединить в четыре группы по четырем основным приемам классического танца.</p> <p>Группы подразделяются по степени динамики работающей и опорной ноги.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1-я группа связана со сменой поз при неподвижной опорной ноге, • 2-я группа поз строится при относительно неподвижной работающей ноге. • 3-я группа поз объединяет одновременное движение опорной и работающей ноги. • 4-я группа поз характеризуется поворотами и вращениями. 	<p>Работа над устойчивостью при движении</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. passe; 2. rondi (demi rond); 3. fouette; 4. tour lent (повороты, pirouettes). <p>Работа над устойчивостью при движении.</p> <p>Пируэты.</p> <p>Прыжки.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
95.		3.32 Азбука классического танца. Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	<p>правила и приемы исполнения малых и больших пируэтов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прежде всего, нужно установить ось вращения. То есть, позвоночник, спина танцовщика должны оставаться абсолютно прямыми. Какие бы сложные прыжки и вращения он ни выполнял, корпус должен быть монолитным, а плечи неподвижными. • При вращении общим требованием к любым пируэтам является точная установка тела на ось вращения, 	<p>Работа над устойчивостью при движении.</p> <p>Пируэты.</p> <p>Прыжки.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

103.	10.03.25 – 16.03.25		7.12 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»	
104.			7.13 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
105.			7.14 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
106.			7.15 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
107.	17.03.25 – 23.03.25		7.16 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
108.			7.18 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
109.			4.5 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Танцевальные этюды: «Четыре стены»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
110.			4.6 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Одиночные и парные танцевальные этюды: «Я в предлагаемых обстоятельствах». Работа в технике контемп.	Танцевальные этюды : «Один на один»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
111.	24.03.25 – 30.03.25		4.7 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Танцевальные этюды : «Один на один»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
112.			4.8 Танцевальные	Занятие применения	3 часа		Танцевальные этюды : «Один на один»	Звуковоспроизводящая

			этюды	знаний, умений, навыков				аппаратура.
113.			4.9 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Одиночные и парные танцевальные этюды: «Я в предлагаемых обстоятельствах». Работа в технике контемп.	Танцевальные этюды : «я»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
114.			4.10 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Передать заданную педагогом эмоциональную окраску через пластику тела.	Танцевальные этюды : «я» - исполнять с грустной эмоциональной окраской.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
115.	31.03.25 – 06.04.25		6.18 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
116.			6.19 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
117.			6.20 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
118.			7.19 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Иногда ведущий движется так, чтобы партнер мог повторить все в точности. Иногда он может двигаться быстро или с акцентами. Ведомый не должен позволить этому смутить себя, но должен отзеркалить и эти изменения, уверенно создавая ритмическую вариацию. Что бы танцор ни выбрал отзеркаливая движения ведущего, он должен поддерживать полноту и непрерывность движения на всем протяжении танца. Замечая реакции своих ведомых, ведущему легче решить, когда повторять движения, а когда вводить новые мотивы. Ведущий может меняться ролями с партнером всякий раз, когда захочет, приблизившись к зеркалу, дотронувшись ладонью до ладони партнера и поменявшись местами через зеркало. Таким образом, все ведущие всегда остаются по одну сторону зеркала.	"Зеркало 2" В каждой паре ведущий движется и партнер отзеркаливает его движения. Танцоры меняются ролями и повторяют упражнение. "Зеркальное отражение с вариациями движения" Ведущий делает несколько движений, которые легко отзеркалить и несколько движений более трудных для отражения. Когда движение становится слишком быстрым или сложным, чтобы отразить его в точности, ведомый может выполнять их последовательность или сократить движение или создать <i>Вариация</i> Танцоры делятся на группы по три или четыре. В каждой группе один танцор становится ведущим, в то время как другие отзеркаливают с вариациями движения. Ведомые могут найти также способ реагировать на вариации каждого из них.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<p>"Групповое зеркало"</p> <p><i>Подготовка</i> Линия, пересекающая центр пространства, обозначает зеркало. Ее можно нарисовать мелом или положить ленту для наглядности.</p> <p>Все ведущие начинают с одной стороны зеркала, а их партнеры - на противоположной. Ведущие двигаются, их партнеры отзеркаливают так точно, как могут. Ведущие могут взаимодействовать друг с другом, обращая особое внимание на пространственную согласованность группы в целом. Унисон</p>	
119.	07.04.25 – 13.04.25		6.21 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
120.			6.22 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
121.			7.20 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
122.			6.23 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
123.	14.04.25 – 20.04.25		6.24 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
124.			6.25 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
125.			6.26 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
126.			7.21 Особенности	Занятие применения знаний, умений,	3 часа	После каждой из первых четырех процедур, танцоры должны	"Активные и пассивные роли в дуэтах" Танцоры делятся на пары. Один танцор в каждой паре активен;	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			<p>сценической культуры. Актерское мастерство</p>	<p>навыков</p>	<p>поменяться ролями и повторить упражнение. Используя навыки активности и пассивности, танцоры могут по желанию выбирать активную или пассивную роль. Во время этого упражнения активный танцор должен не только инициировать движение партнера, но также превратить собственные действия в танец. Он может также иногда останавливаться, придавая своему телу позу, соотносящуюся с позами партнера. Танцоры в пассивной роли должны быть внимательными, чтобы не опережать своих партнеров, а только перенимать от них импульсы движения. Так они смогут почувствовать вес собственного тела, его инерцию и импульсы.</p>	<p>другой пассивен. 1. Активный танцор - скульптор: придает различным частям тела своего партнера новые положения. Пассивный танцор должен позволить делать это, не сопротивляясь и не добавляя своих движений. 2. Активный танцор дает импульсы движения своему партнеру. Например, качнуть руку своего партнера, толкнуть его бедро собственным бедром, или толкнуть плечо партнера рукой. Партнер должен двигаться следуя только этому импульсу, не сопротивляясь и не добавляя собственного движения. После каждого движения активный танцор должен позволить своему партнеру остановиться перед следующим импульсом. 3. Как и раньше, активный танцор дает импульсы движения своему партнеру. На этот раз партнер несколько расширяет свое ответное движение, инициированное импульсом. Снова, активный танцор позволяет своему партнеру останавливаться перед тем, как дать следующий импульс. 4. Активный танцор дает импульсы движения своему партнеру, который теперь преувеличивает свой ответ, создавая более растянутую фразу движения, или делая большое движение в ответ на маленький импульс. 5. Танцоры постоянно обмениваются активными и пассивными ролями. Кроме того, каждый раз, когда танцор получает импульс от партнера, он может выбирать, один из четырех уже исследованных четырех путей реагирования. Это может, как соответствовать видимому намерению партнера, так и преднамеренно контрастировать с ним. "Активные и пассивные роли в группе" Танцоры должны учитывать действия всей группы, решая перейти от одной роли к другой. Пассивный танцор может преподнести сюрприз партнеру, внезапно становясь активным. Активные танцоры могут относиться ко всем остальным, как к пассивным танцорам. Несколько активных танцоры могут вместе участвовать в перемещении одного пассивного. Танцоры должны исследовать возможности группового "Работа с весом для двух танцоров" Танцоры делятся на пары. Они могут начать работать с партнерами, равными по размеру. Партнеры стоят лицом друг к другу, носок к носку, держась обеими руками (правая рука в левой руке партнера, левая - в правой). Они отклоняются друг от друга, создавая баланс между ними. Сохраняя это отклонение, танцоры медленно садятся, затем медленно встают. Все время их руки должны оставаться натянутыми, плечи откинута больше, чем бедра. Держа руки таким же образом, оба танцора отклоняются друг от друга. Один танцор садится, в то</p>	<p>аппаратура.</p>
--	--	--	---	----------------	--	--	--------------------

						<p>время как другой продолжает стоять, поддерживая вес своего партнера. Сохраняя натяжение между ними, танцоры меняются ролями, создавая эффект качелей. Они могут повторять это в устойчивом темпе. Партнеры лицом друг к другу, носок к носку, держатся правыми руками. Они отклоняются друг от друга, садятся и встают. Затем, то же, держась левыми руками. Танцоры могут установить живой, устойчивый ритм приседаний и вставаний с переменной рук в высшей точке. Партнеры должны сохранять равновесие между ними, ни один из них не поддерживает только собственное равновесие. Момент смены рук - только приостановка, не статическая точка. Прислонясь спиной к спине, танцоры сцепляют локти и садятся. Они могут передвинуть ноги вперед, чтобы сесть. Они должны передвигать ноги как можно меньше, так, чтобы принять вес, когда танцоры встают вместе, оставаясь в положении спиной к спине.</p> <p>"Падения и подхваты"</p> <p>Танцоры делятся в группы по три. В каждой группе, двое стоят приблизительно на четыре шага друг от друга, лицом друг к другу. Третий танцор стоит между ними, лицом к одному из них. Этот танцор поочередно падает назад, подхватываемый человеком позади, и вперед, подхватываемый человеком спереди. Он должен держать свое тело натянутым, не позволяя ему провисать. Подхватывая кого-то, танцор должен вначале держать руки достаточно близко к себе, ладони раскрыты. Он должен подхватить человека выше пояса, делая шаг назад с согнутыми коленями, и затем поставить партнера вертикально. Танцоры меняются ролями и повторяют упражнение. "Работа с весом в группе"</p> <ol style="list-style-type: none">1. Группа танцоров встает в круг, держась за руки. Каждый отклоняется из круга, находя равновесие внутри группы, хотя ни один из них не поддерживает индивидуальное равновесие.2. В том же самом круге, танцоры могут качаться и сдвигать свой вес. Через некоторое время танцор может покинуть свое место в круге и переместиться в другое место, и снова присоединиться каким-либо образом, не обязательно руками. Он должен снова обрести свой баланс. Группа может перестраиваться в другие конфигурации кроме круга, всегда сохраняя взаимодействие веса между танцорами, даже при передвижении, если это возможно.3. Танцоры могут стоять или двигаться в пространстве. Время от времени один танцор подходит к другому, и они делают ряд упражнений на равновесие, описанных выше. Это должно быть выполнено без слов, просто	
--	--	--	--	--	--	--	--

							<p>чувствуя, что происходит между двумя танцорами. При случае, большая группа может соединиться вместе для группового баланса.</p> <p>"Парные этюды"</p> <p>Все танцоры делятся на пары. Каждая пара исследует способы взаимодействия, используя на практике работу с весом и активными и пассивными ролями. После этого пары имеют 5-10 минут, чтобы подготовить сценку, этюд для показа другим. Это не должна быть жесткая схема движений, но, по крайней мере, должна иметь начало, середину и конец, а точное содержание может быть импровизировано по ходу представления.</p> <p>Танцоры по очереди показывают свои дуэты. Если начинающие танцоры стесняются, несколько дуэтов могут выполняться сразу.</p>	
127.	21.04.25 – 27.04.25	6.27 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
128.		6.28 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.		
129.		6.29 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.		
130.		7.22 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	<p>Каждый танцор составляет короткую танцевальную фразу, которую нужно сопроводить названием своего имени. Имя может быть произнесено во время движения, до него или после. Танцоры могут играть с ритмом и громкостью, произнося свое имя. Они не должны шептать его застенчиво.</p> <p>Танцоры должны стремиться к гладким переходам от ведущего к ведущему, прерывая движение как можно меньше. Группа должна всегда стараться поддерживать унисон.</p> <p>Ведущие должны всегда помнить, что другие стремятся следовать им и выбирать соответствующие</p>	<p>Разминка "Локомотив"</p> <p>Разминка "Части тела"</p> <p>Разминка "Слово - Действие"</p> <p>Упражнение: "Зеркало", «зеркальное отражение с вариациями», «групповое зеркало», «Унисон»</p> <p>"Цепочка имен"</p> <p>Все танцоры стоят в круге. Танцор, представляет свою фразу, сопровождая ее своим именем, скажем, "Маша", и повторяет ее еще раз. Затем вся группа повторяет движение и звук в унисон. Второй танцор повторяет фразу Маша со звуком и добавляет его собственное движение и имя, например, "Валерия". Он повторяет обе фразы. Затем все повторяют звук и движение в унисоне. Этот процесс продолжается: Маша... Валерия... Катя... Вера... Ведущий может прервать цикл и начать снова со следующего человека, если последовательность становится слишком длинным для запоминания.</p> <p>"Унисон в группе"</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.	

						движения. Однако не следует оставаться на одном месте. Группа может двигаться через пространство и менять уровни. Другие танцоры могут менять место внутри группы во время перемещения, так чтобы ведущими становились разные люди, а не только те, кто находятся на внешнем крае группы.	Группа собирается вместе в пространстве, все лицом в одном направлении. Танцор, который окажется во главе группы, начинает двигаться. Другие двигаются в унисон с этим танцором. Если направление движения (и, следовательно, группы) изменяется, так же меняется и ведущий. Ведущим всегда становится человек, который не может видеть остальных. Если два танцора, стоящие рядом, не уверены, кто из них должен вести, они должны решить этот вопрос по возможности быстрее. Когда ведущий наклоняется и фокус внимания перемещается назад, тот, кто находится на противоположной стороне группы, становится ведущим.	
131.	28.04.25 – 04.05.25		6.30 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
132.			6.31 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
133.			6.32 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
134.	05.05.25 – 11.05.25		6.33 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
135.			6.34 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
136.			6.35 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
137.			6.36 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
138.	12.05.25 – 18.05.25		6.37 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
139.			6.38 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			работа	навыков				аппаратура.
140.			6.39 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
141.			6.40 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
142.	19.05.25 – 25.05.25		6.41 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
143.			6.42 Постановка и репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Репетиционная работа над концертными номерами.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
144.			8.2 Контрольное занятие	Контроль знаний обучающихся	3 часа	Контрольное занятие проводится в виде отчетного концерта.	Исполнение сценических номеров на отчетном концерте.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

Всего: 432 часа

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В.Андреев
Для
документов «30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»,
авторы Мигачева С.К., Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная
Год обучения – 4 год
Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Краевская Анна Андреевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа, разработанная на основе авторской дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» художественной направленности, продвинутого уровня.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Так, являясь составной частью общего художественно-эстетического воспитания, занятия хореографией способствуют не только музыкально-эстетическому, но и общему развитию детей, влияют на развитие интеллекта, физических данных, помогают становлению детей в сферах коммуникации и социализации. Поэтому обучение детей хореографии это не только передача учащемуся определенных танцевальных навыков, но и воспитание характера, личности, их духовное развитие.

Методологическую и теоретическую основу авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» составили: методика и технологии обучения и воспитания профессионального танцора (А.Я. Ваганова, Н.И. Тарасов, Н. Базарова, В. Мей, С.Н. Головкина, Т. Устинова, Г. Богданов, А.А. Борзов). Общеобразовательная общеразвивающая программа является долговременной и разработана в соответствии с нормативными правовыми документами:

1. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 Г. N 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Инструктивно - методическое письмо «О развитии воспитательного компонента в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в 2014-2015 учебном году» (ОГАОУ ДПО БелИРО).

5. Инструктивно - методическое письмо «Об основных направлениях воспитания и дополнительного образования в образовательных организациях области в рамках реализации ФГОС на 2015-2016 учебный год» .

6. Устав МБУДО БДЦТ.

7. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).

8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

9. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Нормативно-правовой аспект (из письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844).

Цель программы: *формирование творческой личности, способной к социальному, культурному и профессиональному самоопределению средствами хореографического искусства.*

Задачи 4 года обучения

Обучающие:

- дать представление понятию «образ» в танце и выразительность исполнения;
- учить технике соединения танцевальных элементов в связки и комбинации для построения танца и импровизации;
- формирование навыков исполнения экзерсиса;
- формировать широкое (выразительное) исполнение больших и малых поз.

Развивающие:

- развивать устойчивость при выполнении элементов;
- способствовать развитию умений характерно исполнять хореографические номера;
- развивать актёрские способности, выразительность, музыкальность через прослушивание и разбор музыкального материала и постановку хореографических миниатюр.

Воспитательные:

- воспитывать гармоничное сочетание подчинения и руководства в коллективе;
- воспитывать взаимную требовательность, заинтересованность в совместной деятельности;
- воспитывать качества активно выступающего исполнителя: ответственность, дисциплинированность, умение поддержать друг друга, быстро перестроиться, заменить, то есть воспитание мобильных качеств личности;
- воспитывать творческую самостоятельность.

Отличительные особенности данной общеобразовательной общеразвивающей программы от уже существующих в этой области заключаются в том, что программа рассчитана на 10 лет обучения и предполагает проведение занятий с детьми в возрасте от 6 до 18 лет. Содержание программы распределено таким образом, что с первого по пятый год обучения в каждом учебном году учащиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений и навыков. С 5 по 10 годы обучения учащиеся совершенствуют свою технику и развивают танцевальное мастерство. На каждом году обучения ре-

шаются определенные задачи для достижения основных цели и задач. Содержание программы выстроено таким образом, что в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки, полученные на предыдущем году обучения, и добавляется новый материал. Программа направлена не только на постижение искусства танца, овладение его выразительными средствами, но и на воспитание ребенка, раскрепощение и раскрытие индивидуальности, общефизическое, музыкально-ритмическое, эмоциональное развитие, формирование художественно-эстетического вкуса и эстетического отношения к действительности.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. В содержание программы включены разделы «Ритмика и музыкальная грамота», «Партерная хореография», «Азбука классического танца и свободная пластика», «Танцевальные этюды», «Элементы акробатики», «Постановки, репетиции, концертная деятельность», «Особенности сценической культуры, актерское мастерство».

В раздел «Азбука классического танца и свободная пластика» включены упражнения, которые являются основой хореографической подготовки учащихся. Эти упражнения последовательны, имеют определённую форму, тренируют мышцы детей, придавая им лёгкость, непринуждённость движений.

В раздел «Элементы акробатики» входят акробатические упражнения, которые являются эффективным средством разностороннего воздействия на учащихся. В процессе занятий акробатикой укрепляется здоровье, развиваются координация движений, мышечная сила, быстрота двигательных действий, гибкость, выносливость к мышечной работе, устойчивость функций вестибулярного анализатора к воздействию ускорений, память на движения, эмоциональная устойчивость, решительность и смелость, воспитываются личностные свойства: сознательное и активное отношение к занятиям, чувство товарищества, коллективизма, уверенность в своих силах.

Раздел «Партерная хореография» представлен упражнениями гимнастики на полу, которые нередко предназначены для формирования готовности ребенка к профессиональным занятиям танцами. Детей с развитыми данными для хореографии очень мало. Уже на этапе формирования групп обнаруживается много дефектов: сколиоз, сутулость, избыточный вес, плоскостопие. Помимо этого некоторые дети имеют разные физические отклонения: узловатоторчащие коленки, слабую спину, отсутствие прыжка. Партерная гимнастика в хореографии помогает устранить все из перечисленных недостатков и предполагает выполнения упражнений, сидя или лежа на полу. Это позволяет избежать вертикальной нагрузки на суставы и позвоночник.

«Ритмика и музыкальная грамота» сочетают в себе тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями. Основными задачами на занятии ритмики являются: воспитание восприятия характера музыки, развитие музыкально-выразительных представлений и творческой активности, воспитание чувства ритма, памяти, освоение метроритмической структуры музыки.

«Танцевальные этюды» – способствуют развитию эмоциональности. Это эпизоды танцевального порядка, извлечённые из лучших балетных постановок или составленные преподавателем из элементов сценических характерных и народных танцев. Основная идея этюдной работы на протяжении всего курса основывается на вовлечении учащихся в танец сценического, а не тренировочного порядка. Комбинируя различные танцевальные движения, программой предполагается создание сценически окрашенных танцевальных эпизодов, включающих в себя и технику танца, и его стиль, и актёрскую танцевальную выразительность. Техника танца, несомненно, должна укрепляться и развиваться, но как самоцель упражнения, она постепенно уступает первое место указанной выше обобщающей идее этюдной работы. Педагог должен проявить своё знание танца, умение отбирать материал для этюда и комбинировать их.

Возраст учащихся: 6 - 18 лет

Срок реализации программы: 10 лет

Формы и режим занятий:

- основной курс (4-й год обучения) – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов в год).

Продолжительность одного учебного часа – 45 минут, с 10-минутным перерывом между часами.

Первый год обучения является подготовительным, что дает возможность правильно подойти к распределению детей по группам для дальнейшего обучения, выявить их танцевальные способности. Количество учащихся в группе – от 12 до 25. В коллектив принимаются все желающие, независимо от уровня подготовки на основании заключения врача детской поликлиники.

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей. Психология и физиология 6-летнего ребенка отличается от возможностей 7-8-летнего школьника, также различаются физические способности детей, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки. Поэтому программой предусмотрены следующие **формы занятий**: занятия в группах, подгруппах и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Структура занятия хореографией является классической, включает в себя подготовительную, основную, заключительную части.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В ходе реализации программы используются следующие **виды контроля знаний учащихся**:

- вводный контроль (проводится, при поступлении ребенка в коллектив). Он позволяет определить уровень развития каждого ребенка, выявить его возможности и способности. Одновременно проводится анкетирование родителей с целью выявления особенностей и склонностей детей, их интересов;

- предварительный контроль проводится в начале каждого учебного года, кроме 1 года обучения;

- текущий контроль (осуществляется для выявления, на каком уровне освоения программы находится учащийся). Проводится в виде контрольного занятия, направленного на проверку изученных знаний, умений и навыков по разделам общеобразовательной общеразвивающей программы, темам:

- усвоение теоретического материала;
- техника исполнения танцевальных элементов;
- промежуточный контроль проводится в конце 1 и 2 полугодий с целью проверки уровня освоения программного материала;
- итоговый контроль – проводится по завершению учебы по общеобразовательной общеразвивающей программе. Формы проведения итоговой аттестации: практические умения и навыки учащиеся демонстрируют на творческом отчете (отчетном концерте ансамбля).

Все критерии освоения общеобразовательной программы оцениваются по 5-ти бальной системе (уровни: высокий, средний, низкий).

- Высокий уровень- 4-5 баллов
- Средний уровень-2-3балла
- Низкий уровень- 0-1

Ожидаемые результаты IV^{ого} года обучения учащиеся будут знать:

- основы исполнительского мастерства сценического танца;
- названия новых классических хореографических элементов и связок;
- основные принципы постановочной работы;
- технику выполнения простых поворотов и прыжков;
- технику стилизации поворотов и прыжков в характерный танец;
- роль классического танца в современной хореографии;
- знать и выполнять правила сценической этики;
- основные принципы построения хореографического рисунка танца.

уметь:

- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выполнять повороты и прыжки отдельно и в комбинациях;
- технически грамотно исполнять композиции на полупальцах;
- грамотно передавать характер танцев (русского народного, испанского, узбекского)
- уверенно и эмоционально выступать на сцене перед различными категориями зрителей.

В ходе реализации дополнительной общеразвивающей программы у учащихся будут сформированы универсальные учебные действия.

Специальные компетенции

Владение практическими навыками по эстраднему танцу, понимание значения хореографического искусства в жизни человека и общества, умение различать основные виды и жанры хореографии, характеризовать их специфику.

Формы подведения итогов.

Важнейшим элементом процесса обучения является контроль успеваемости учащегося, который должен быть систематическим, результаты аргументированными. Исходя из этого, используются разные виды контроля:

– **контроль педагога** – по форме может быть фронтальным, групповым, парным, индивидуальным;

– **взаимоконтроль учащихся** – применяется при проведении практических, творческих и итоговых занятий;

– **самоконтроль** – применяется регулярно на учебных занятиях и в творческой деятельности. От осознания учащимся своих способностей зависит и его самоконтроль (самооценка), на основании которого возможен прогноз достижения высоких результатов.

Педагог детского объединения определяет не только конечную цель, но и отслеживает промежуточные результаты, благодаря которым он своевременно выявляет и предупреждает возможные отклонения от прогнозируемого результата.

Система отслеживания результатов образовательной деятельности включает в себя:

– **вводный контроль** – это предварительное выявление уровня подготовленности к выбранному виду деятельности. Вводный контроль проводится в начале учебного года при наборе в детское объединение согласно разработанным диагностическим материалам (Приложение);

– **текущий контроль** осуществляется педагогом на каждом занятии, результаты оцениваются педагогом при помощи вербального метода;

- **предварительный контроль** проводится в начале учебного года, начиная со 2 года обучения, с целью проверки качества сохранности знаний, умений, навыков, полученных на предыдущем году обучения (Приложение).

В систему отслеживания результатов в обязательном порядке входит аттестация учащихся:

– **промежуточная аттестация** осуществляется в процессе усвоения учебного материала за полугодие, по завершении основных разделов учебно-тематического плана. Промежуточная аттестация проводится два раза в год: декабрь и май согласно диагностическим материалам (Приложение);

Промежуточная аттестация может проводиться в форме открытого занятия, контрольного занятия, итогового занятия, зачета, конкурса, фестиваля, концертного выступления и оценивается по трем уровням: высокий, средний, низкий;

– **итоговая аттестация** осуществляется в конце последнего года обучения для проверки знаний, умений и навыков. В соответствии с результатами итогового контроля определяется, насколько достигнуты результаты программы каждым учащимся, полнота выполнения программы: высокий, средний, низкий уровень. Формы итогового контроля могут варьироваться и включать в себя открытое занятие, контрольное занятие, итоговое занятие, зачет, творческий отчет, отчетный концерт и т.д.

Качество знаний определяется сформированными у учащихся *знаниями, умениями и навыками*. Качество знаний (конструктивный, репродуктивный, творческий уровень) отражается в карте сформированности качеств знаний учащихся. (Приложение)

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»
4 год обучения
2024 – 2025 учебный год**

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие – репетиция.	2 часа	Знакомство с целями и задачами образовательной программы на учебный год, с содержанием занятий и перспективами на будущее. Осуществление предварительного контроля знаний и умений обучающихся. Инструктаж по технике безопасности.	Кросс разминка. Экзерсис на середине зала.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			2.1 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; Занятие – репетиция.	2 часа	Понятия: мелодия и движение, начало и конец музыкальной фразы.	Ходьба пригибным шагом, пружинный шаг, широкий шаг, ходьба выпадами, ходьба с ускорениями и замедлениями, ходьба, чередуемая с бегом, повороты на бегу, бег с различными движениями рук, с перестроениями.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
3.			6.1 Элементы акробатики	Занятие повторение.	2 часа	Техника безопасности на уроках акробатики.	Работа над развитием физических данных воспитанников.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
4.	09.09.24 – 15.09.24		2.2 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	Понятия: темп и характер музыки.	Прыжки с продвижением, в приседе, в высоту, в длину, со скакалкой, перепрыгивание через препятствие.	Звуковоспроизводящая аппаратура, скакалка,
5.			2.3 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение;	2 часа		Упражнение на развитие дыхательного аппарата «На скакалке я скачу». Упражнения на развитие чувства ритма. Танцевальные шаги, бег.	Звуковоспроизводящая аппаратура, скакалка.
6.			6.2 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Чередование упражнений лежа и сидя на полу.	Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка».	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

7.	16.09.24 - 22.09.24		2.4 Ритмика и музыкальная грамота	Занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение упражнений в темпе и ритме музыки. Упражнение на развитие дыхательного аппарата «На скакалке я скачу». Упражнения на развитие чувства ритма. Танцевальные шаги, бег.	Звуковоспроизводящая аппаратура, скакалка.
8.			2.5 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение упражнений в темпе и ритме музыки. Упражнение на развитие дыхательного аппарата «На скакалке я скачу». Упражнения на развитие чувства ритма. Танцевальные шаги, бег.	Звуковоспроизводящая аппаратура, скакалка
9.			6.3 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Чередование упражнений лежа и сидя на полу.	Отведение и приведение ног в стороны.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
10.	23.09.24 - 29.09.24		3.2 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	Вся азбука классического танца для ног выполняется сначала вытянутым подъемом, затем сокращенным (характерный станок).	Работа, лежа на животе. Развитие гибкости спины, выворотности суставов. Укрепление мышечного корсета.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
11.			3.3 Партерная хореография.	занятие – репетиция.	2 часа	Работа с предметом в положении сидя, и лежа на полу.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
12.			6.4 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
13.	30.09.24 - 06.10.24		3.1 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Техника выполнения азбуки классического танца, в положении лежа на полу (для развития выворотности голеностопных и бедренных суставов выполняют).	Элементы ритмической гимнастики: маховые и круговые движения из различных и. п.; отжимания, упражнения для укрепления брюшного пресса, прогибание и выгибание спины сидя на пятках, волна туловищем сидя на пятках, с последующим переходом в стойку на коленях.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
14.			3.5 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Чередование упражнений лежа и сидя на полу.	Упражнения в парах	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
15.			3.6 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнение на растяжку мышц тела.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
16.	07.10.24 - 13.10.24		3.4 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Растяжка мышц тела.	Упражнения на коленях.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
17.			3.7 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Растяжка мышц тела.	Упражнения сидя, на растяжку мышц тела.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
18.			3.8 Партерная	Занятие повторение;	2 часа		Наклоны к ногам, «складочка», «бабочка».	Звуковоспроизводящая аппаратура; ков-

			хореография.	занятие – репетиция.				рики.
19.	14.10.24 - 20.10.24		6.5 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа на полу в парах в положении лежа.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
20.			3.9 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение комплекса упражнений №1 для развития гибкости и растяжки.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
21.			3.10 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение комплекса упражнений №2 для развития гибкости и растяжки.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
22.	21.10.24 - 27.10.24		6.6 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Повторение изученных ранее упражнений.	Выполнение разученных ранее упражнений лежа на полу, с утяжелением (используя мягкую игрушку или палочку).	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
23.			3.11 Партерная хореография.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Растяжка определенной группы мышц.	Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
24.			3.12 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа на полу в парах в положении лежа.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
25.	28.10.24 - 03.11.24		6.7 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа на полу в парах в положении лежа.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
26.			3.13 Партерная хореография..	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Техника выполнения танцевального бега.	Подскоки и перескоки с использованием скакалки и без. Выполнение различных видов танцевальных шагов, подскоков, бега в парах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
27.			3.14 Партерная хореография.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Техника выполнения прыжков (без помощи плечевого пояса и рук, за счет силы мышц ног).	Выполнение различных видов танцевальных шагов, подскоков, бега в парах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
28.	04.11.24 - 10.11.24		6.8 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Батман тондю, батман жете, гран батман, девелопе, рон де жамб.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

29.			3.15 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Ритм дыхания во время упражнений.	Упражнение на развитие дыхательного аппарата «На скакалке я скачу».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
30.			3.16 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Работа над силой ног.	Выполнение махов ногами с различной амплитудой и силой, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
31.	11.11.24 - 17.11.24		6.9 Элементы акробатики.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Задачи направления модерн – джаз танца: - движение изолированных центров в «чистом виде»; - соединение одного центра с шагами; - координация рук с движениями ног.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
32.			3.17 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Работа над постановкой корпуса, ног, рук и головы во всех положениях эпольман.	Задачи направления модерн – джаз танца: - движение изолированных центров в «чистом виде»; - соединение одного центра с шагами; - координация рук с движениями ног.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
33.			3.18 Партерная хореография.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Техника отработки полуповоротов и поворотов у станка и на середине зала на полупальцах.	Задачи направления модерн – джаз танца: - движение изолированных центров в «чистом виде»; - соединение одного центра с шагами; - координация рук с движениями ног.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
34.	18.11.24 - 24.11.24		3.19 Партерная хореография.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Построение адажио на более сложных комбинациях (трех-четыре-рех движениях, которые изучались в предыдущие годы).	Пластика тела: пружинные движения руками, ногами, целостное пружинное движение (гимнастическое расслабление), прогибание и выгибание спины с опорой руками на станок и без.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
35.			8.1 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа в паре: наклоны вперед в круглом присяде на одной ноге; наклоны назад в грудной части позвоночника, наклоны в сторону.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
36.			8.2 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Волна туловищем в круглом присяде на пальцах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
37.	25.11.24 - 01.12.24		6.10 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Наклоны и перегибы тела за руками.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
38.			8.3 Особенности сценической культуры и	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	«Свободная пластика».	Работа кистью, локтем, плечом.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			актерское мастерство					
39.			8.4 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	«Свободная пластика».	Упражнения на развитие грамотного, пластичного поднимания и опускания рук	Звуковоспроизводящая аппаратура.
40.	02.12.24 - 08.12.24		6.11 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа головы за пальцами рук при выполнении движений.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
41.			8.5 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Работа на «Выразительность».	Работа над выразительностью рук, головы и тела.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
42.			8.6 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Волны кистью, руками, телом. классического танца: Гран плие с пор де бра и с переходом рук из позиции в позицию.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
43.	09.12.24 - 15.12.24		6.12 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	«Волна».	Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
44.			8.7 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Волны телом.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
45.			8.8 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа над координацией движения.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
46.	16.12.24 - 22.12.24		6.13 Элементы акробатики.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Азбука классического танца.	Деми рон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на полупальцах, на де-ми-плие. Батман фондю, в маленьких и больших позах на всей ступне и полупальцах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
47.			8.9 Особенности сценической культуры и	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	Изучение основ модерн – джаз танца.	Пти батман сюр ле ку-де-пье.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			актерское мастерство	занятие – репетиция.				
48.			8.10 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Изучение основ модерн – джаз танца.	Рон де жамб ан лер ан деор и ан дедан, заканчивая на деми-плие.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
49.	23.12.24 - 29.12.24		8.14 Элементы акробатики.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятия «образ», «выразительность».	Танцевальные этюды на заданную тему.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
50.			8.11 Особенности сценической культуры и актерское мастерство	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Работа над образом и выразительностью. Инструктаж по технике безопасности.	Работа в группах (этюды, отражающие различные эмоциональные состояния).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.			8.12 Особенности сценической культуры, актерское мастерство..	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочная работа.	Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
52.	30.12.24 - 12.01.25		8.13 Особенности сценической культуры, актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
53.			8.14 Особенности сценической культуры, актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.			9.1 Контрольное занятие	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Этюды: Pas польки (на полупальцах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.	13.01.25 - 19.01.25		4.1 Азбука классического танца и	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	Техника работы в парах, группах, индивидуально.	Вариации (на полупальцах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			свободная пластика	занятие – репетиция.				
56.			4.2 Азбука классического танца и свободная пластика				Вариации (на полупальцах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
57.			5.1 Танцевальные этюды.			Постановочные этюды, импровизация.	Вариации (на полупальцах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
58.	20.01.25 - 26.01.25		4.3 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Вариации (на полупальцах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
59.			4.4 Азбука классического танца и свободная пластика		2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Вариации (на полупальцах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
60.			5.2 Танцевальные этюды.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Этюд в народном стиле.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
61.	27.01.25 - 02.02.25		4.5 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Этюд в стиле хип-хоп..	Звуковоспроизводящая аппаратура.
62.			4.6 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Этюд в стиле хип-хоп..	Звуковоспроизводящая аппаратура.
63.			5.3 Танцевальные этюды.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Этюд в стиле джаз – модерн танца	Звуковоспроизводящая аппаратура.
64.	03.02.25 - 09.02.25		4.7 Азбука классического	Занятие повторение; занятие – репе-	2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Этюд в народном стиле.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			танца и свободная пластика	тиция.				
65.			4.8 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочные этюды, импровизация.	Этюд в стиле джаз – модерн танца	Звуковоспроизводящая аппаратура.
66.			5.4 Танцевальные этюды.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Подготовительные упражнения для разогрева тела и подготовки к выполнению акробатических элементов (перекаты, стойки, махи, наклоны)	Звуковоспроизводящая аппаратура.
67.	10.02.25 – 16.02.25		4.9 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «акробатика».	Подготовительные упражнения для разогрева тела и подготовки к выполнению акробатических элементов (перекаты, стойки, махи, наклоны)	Звуковоспроизводящая аппаратура.
68.			4.10 Азбука классического танца и свободная пластика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Техника безопасности на занятиях акробатикой.	Перекаты с положения сидя на корточках, в группировке.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
69.			5.5 Танцевальные этюды.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Шпагаты.	Стойка на лопатках, шпагаты.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
70.	17.02.25 – 23.02.25		4.11 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Группировка, стойки на лопатках и руках.	Перекаты с положения сидя на корточках, в группировке.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
71.			4.12 Азбука классического танца и свободная пластика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Мостик.	Кувырки назад в поперечный шпагат, мостик.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
72.			5.6 Танцевальные этюды.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Колесо, мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, перевороты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизводящая аппаратура.

73.	24.02.25 - 02.03.25		4.13 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие сообще- ния (изуче- ния) новых знаний; занятие – репе- тиция.	2 часа	Перекаты.	Лет-кувырок вперед.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
74.			4.14 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие сообще- ния (изуче- ния) новых знаний; занятие – репе- тиция.	2 часа	Колеса.	Колесо, мосты (сидя на коленях до касания рука- ми пола, из положения стоя); шпагаты, переворо- ты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
75.			5.7 Танцевальные этюды..	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Подготовительные упражнения для разогрева тела и подготовки к выполнению акробатических элементов (перекаты, стойки, махи, наклоны)	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
76.	03.02.25 – 09.03.25		4.15 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Колесо, мосты (сидя на коленях до касания рука- ми пола, из положения стоя); шпагаты, переворо- ты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
77.			4.16 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Колесо, мосты (сидя на коленях до касания рука- ми пола, из положения стоя); шпагаты, переворо- ты (вперед, назад на двух руках).	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
78.			5.8 Танцевальные этюды.	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
79.	10.03.25 - 16.03.25		4.17 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Подготовительные упражнения для разогрева тела и подготовки к выполнению акробатических элементов (перекаты, стойки, махи, наклоны).	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
80.			4.18 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Перекаты с положения сидя на корточках, в груп- пировке.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
81.			5.9 Танцевальные этюды.	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа	Постановочная работа.	Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.

				тиция.				
82.	17.03.25 – 23.03.25		4.19 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа	Постановочная работа.	Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
83.			4.20 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
84.			4.21 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
85.	24.03.25 - 30.03.25		4.22 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа	Постановочная работа.	Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
86.			4.23 Азбука классического танца и свободная пластика	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа		Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
87.			5.10 Танцевальные этюды.	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа	Постановочная работа.	Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
88.	31.03.25 – 06.04.25		8.15 Особенности сценической культуры, ак- терское ма- стерство.	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа	Постановочная работа.	Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
89.			8.16 Особенности сценической культуры, ак- терское ма- стерство.	Занятие повто- рение; занятие – репе- тиция.	2 часа	Постановочная работа.	Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя- щая аппаратура.
90.			5.11	Занятие повто-	2 часа		Репетиционный процесс.	Звуковоспроизводя-

			Танцевальные этюды.	рение; занятие – репетиция.				щая аппаратура.
91.	07.04.25 - 13.04.25		8.17 Особенности сценической культуры, актерское мастерство.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятия: «логическое действие» и «пластическая выразительность»	Выполнение упражнений на творческое внимание «имя», Упражнения на оценку события: «листья на ветру» Упражнение на развитие дыхательного аппарата «На скакалке я скачу».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
92.			8.18 Особенности сценической культуры, актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения на «отношение к факту», Упражнения на развитие воображения: «рыбы в океане» «молекулы в материи» Координация работы с музыкальным материалом. Упражнение на развитие дыхательного аппарата «На скакалке я скачу».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
93.			8.19 Особенности сценической культуры, актерское мастерство.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Слияние действия воспитанника с характером музыкального произведения.	Упражнения на развитие чувства ритма, на общение (работа в парах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
94.	14.04.25 - 20.04.25		8.20 Особенности сценической культуры, актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Слияние действия воспитанника с характером музыкального произведения.	Упражнение на совмещение музыкальной фразы и актерской задачи.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
95.			7.1 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнение на совмещение музыкальной фразы и актерской задачи.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
96.			7.2 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнение на совмещение музыкальной фразы и актерской задачи.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
97.	21.04.25 - 27.04.25		7.3 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнение на совмещение музыкальной фразы и актерской задачи.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
98.			7.4 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Развитие упражнения на творческое внимание; воображение; отношение к факту; на оценку событий; на ритм;	Этюды по актерскому мастерству выполняются под музыку.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						на общение.		
99.			7.5 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Работа над полным слиянием действий воспитанника с характером музыкального произведения.	Этюд на заданную тему: «листок из альбома», «художник», бродячие артисты».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
100.	28.04.25 - 04.05.25		7.6 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Актерские этюды на заданную тему.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
101.			7.7 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Импровизация на ранее изученной лексике.	Импровизация в стиле хип-хоп.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
102.			7.8 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Импровизация на ранее изученной лексике.	Импровизация в стиле хип-хоп.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
103.	05.05.25 - 11.05.25		7.9 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Импровизация на ранее изученной лексике. Выразить внутренний монолог.	Импровизация в стиле хип-хоп.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
104.			7.10 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Этюды на основе поставленного лексического материала.	Танцевальные этюды, репетиционная деятельность.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
105.			7.11 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Постановочные этюды на основе поставленного лексического материала.	Танцевальные этюды, репетиционная деятельность.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
106.	12.05.25 - 18.05.25		7.12 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Танцевальные этюды, репетиционная деятельность.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
107.			7.13 Постановки и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Танцевальные этюды, репетиционная деятельность.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

108.			9.2 Контрольное занятие	Контроль зна- ний, умений, навыков обу- чающихся	2 часа		Отчетный концерт коллектива	
Всего: 216 часов								

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«**Эстрадный танец**»,
авторы Мигачева С.К., Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная
Год обучения – 2 год
Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Васильева Елена Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа, разработанная на основе авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец», художественной направленности.

Год обучения по программе – 2 год.

Цель программы: *формирование творческой личности, способной к социальному, культурному и профессиональному самоопределению средствами хореографического искусства.*

Задачи 2 года обучения

Обучающие:

- формировать музыкально - ритмические навыки у учащихся;
- формировать базовые знания в области бального танца (шаг польки, вальса, полонеза);
- формировать понятия: осанка, выворотность, апломб, точки зала, сценическая площадка;
- формировать знания, умения и навыки в области растяжки и акробатики;
- учить технике соединения танцевальных элементов в связки и комбинации для построения танца и импровизации.

Развивающие:

- развивать актёрские способности, выразительность, музыкальность через прослушивание и разбор музыкального материала, и постановку хореографических миниатюр;
- развивать понимание эстетической стороны хореографии;
- развивать умение корректировать свою деятельность в соответствии с требованиями педагога;
- содействовать развитию умения контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- способствовать развитию умения определять музыкальный ритм, динамические оттенки произведения.

Воспитательные:

- воспитывать творческую активность и желание научиться танцевать;
- воспитывать осмысленное восприятие движений;
- воспитывать творческую самостоятельность;
- воспитывать заинтересованность, увлеченность, навык совместного творчества;
- воспитывать любовь к хореографическому искусству;
- воспитывать художественный вкус.

Формы и режим занятий:

- основной курс (2-й год обучения) – 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год).

Продолжительность одного учебного часа – 45 минут, с 10-минутным перерывом между часами.

Методика работы по программе предполагает формы обучения в дистанционном образовательном пространстве.

Учебный материал состоит из следующих компонентов: *файлы, содержащие музыкальные материалы в соответствии с программой; видеоролики; танцевальные схематичные (ритмические рисунки) в виде презентации.*

Образовательный процесс, соответствующий содержанию программы, может транслироваться в сети Enternet, в режиме *Online* – изменяя структуру занятия, способы взаимодействия педагога и учащегося, организацию информационно-образовательной среды учебного процесса, когда учащиеся, имеют доступ к учебным материалам, в виде (*видео ролики, тематические презентации, тематические музыкальные файлы-записи*), которые педагог использует непосредственно на занятии. Выполнять задание педагога, учащиеся могут, в режиме отложенного времени (*offline-занятия*), с предоставлением ему – результатов танцевальной учебно-тренировочной работы. Педагог может транслировать свою учебную деятельность (*onlin-чат, через мессенджеры*), проверяя задания и корректируя работу учащихся, предоставляя интересную информацию по вопросам лучших образцов танцевального искусства. При выполнении задания, учащиеся могут обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом *в чате*.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В ходе реализации программы используются следующие ***виды контроля знаний учащихся:***

- вводный контроль (проводится, при поступлении ребенка в коллектив). Он позволяет определить уровень развития каждого ребенка, выявить его возможности и способности. Одновременно проводится анкетирование родителей с целью выявления особенностей и склонностей детей, их интересов;

- предварительный контроль проводится в начале каждого учебного года, кроме 1 года обучения;

- текущий контроль (осуществляется для выявления, на каком уровне освоения программы находится учащийся). Проводится в виде контрольного занятия, направленного на проверку изученных знаний, умений и навыков по разделам общеобразовательной общеразвивающей программы, темам:

- усвоение теоретического материала;
- техника исполнения танцевальных элементов;

- промежуточный контроль проводится в конце 1 и 2 полугодий с целью проверки уровня освоения программного материала;

- итоговый контроль – проводится по завершению учебы по общеобразовательной общеразвивающей программе. Формы проведения итоговой аттестации: практические умения и навыки учащиеся демонстрируют на творческом отчете (отчетном концерте ансамбля).

Все критерии освоения общеобразовательной программы оцениваются по 5-ти бальной системе (уровни: высокий, средний низкий).

- Высокий уровень- 4-5 баллов
- Средний уровень-2-3балла
- Низкий уровень- 0-1

Ожидаемые результаты II^{го} года обучения:

- ***учащиеся будут знать:***

- хореографические названия изученных элементов;
- технику исполнения этюдов;
- технику работы в свободной пластике;
- основные шаги бального танца (шаг польки, вальса, полонеза);
- традиции коллектива.

уметь:

- - исполнять элементы азбуки классического танца у станка и на середине;
- - исполнять основные шаги бального танца (шаг польки, вальса, полонеза);
- - корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- - контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- - анализировать музыкальный материал;
- - самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца в портере;
- - работать на кросс - разминке и круговой тренировке;
- - элементы акробатики (колесо, стойка на руках у опоры, перевороты).

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»
2 год обучения
2024– 2025 учебный год**

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предпола гаемые	Фактиче ские				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Цели и задачи нового учебного года. Перспективный план работы по подготовке новых постановок. Содержание и форма занятий. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим. Инструктаж по технике безопасности (правила поведения в танцевальном классе и во Дворце детского творчества). Правила дорожного движения.	Экзерсис у станка (материал пройденный на первом году обучения)	Беседа о культуре (культура тела, одежды, прически, поведения).	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
2.	09.09.24 – 15.09.24		2.1 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	Музыкально-ритмические навыки составляют основу упражнений с музыкальными заданиями. Они подводят	Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки: (с хлопками). Сел сверчок на шесток, Таракан – в уголок. Сели- посидели. Песенку запели.		Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики.

				занятие – репетиция	воспитанников к пониманию законов ритмического строения музыкальных произведений, учат разбираться в многообразии характера музыки	<p>Услыхали ложки- вытянули ножки. Услыхали калачи-Да попрыгали с печи, Да давай подпевать, Подпевать да танцевать! Как без дудки, без дуды, Ходят ноги не туды. А как дудочку почуют, Сами ноженьки танцуют. Журавли пошли плясать, Долги ноги выставлять. Бух, бух, бух. Выстукиваем ритм ударами локтей и суставами согнутых пальцев по столу. Ай, туки, туки, туки, Застучали молотки. Застучали молотки, Заиграли в локотки: Тук-ток, тук- ток, Скоро Ванечке годок . Постоянно чередуем хлопки в ладоши и удары ладоней о ладони партнера, приговаривая:</p> <p>О, чки, чки, чкиОчуречечки, Ложки, плошки, поварешки, Перевертушки! При слове «Перевертушки» игроки прыжком поворачиваются вокруг себя и, на каком бы месте ни остановились, должны повторить игровой припев, также чередуя хлопки и удары ладоней о ладони. Поворачиваются до тех пор, пока не займут первоначальное положение.</p> <p>Упражнение «Осенняя гамма» Пусто ласточек гнездо. До. I I II I (Далее везде аналогично) Осенины на дворе. Ре. Плачет ветер за дверьми. Ми. Дождика тиха строфа. Фа. У него своя есть роль. Соль. Затихает вся земля. Ля. Дождик скуку унеси! Си. Пусто ласточек гнездо. До1 – до2 - до1 – до2. I III. Текст читает педагог, дети поют ноты в указанном ритме. Со звучащими жестами: «Ритмическое освоение слов» Проговаривать слова в умеренном темпе в двух-трех- и четырехсложных тактах по слогам. Произносить слова</p>		
--	--	--	--	---------------------	--	---	--	--

						<p>выразительно, выделяя ударный слог. Обратить внимание детей на то, что одни слоги в словах звучат длиннее, а другие короче. Например, 2/4 ма-ма, па-па, кош-ка, ка-ша, Да-ша, доч-ка, туч-ка, цве-ток.</p> <p>3/4 ма-моч-ка, сол-ныш-ко, пе-сен-ка, де-воч-ка</p> <p>4/4 че-ре-па-ха, по-гре-муш-ка, ве-ло-си-пед.</p> <p>Предложить детям самим придумать подобные слова. Заменить слова хлопками.</p> <p>«Назови свое имя» Дети стоят в кругу и по очереди хлопают- «тактируют» свои имена.</p> <p>«Кто справа?» Дети стоят в кругу. По очереди хлопают- «Тактируют» имена своего соседа справа.</p> <p>Ритмические импровизации. Дети сидят полукругом. Педагог задает ритм хлопками. По сигналу все дети хлопают в ладоши в заданном ритме, По сигналу останавливаются.</p> <p>Перемена ритма. По сигналу дети хлопают в одном ритме, затем ритм меняется на более быстрый или на более медленный.</p> <p>Каждому свой ритм. Группа делится на две команды. Каждой команде задается определенный ритм. Команды по очереди несколько раз повторяют свое задание. После чего обе команды выполняют свои задания одновременно.</p> <p>Раз, два, три, повтори!</p> <p>Педагог задает хлопками ритмическую фразу, которую дети повторяют «звучащими жестами»: хлопками, притопами, шлепками,</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

							щелчками и т. д.		
3.			2.2 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.		Звуковоспроизводящая аппаратура;
4.	16.09.24 - 22.09.24		2.3 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Ритмические упражнения развивают слуховое и зрительное внимание, работают над эмоциями, воспитывают у детей творческие способности и воображение, а также развивают волевые качества.</p> <p>При пении слов «тук-тук» ребенок должен повторить ритмический рисунок, исполненный руководителем</p>	<p>Упражнения для развития ритма и речи:</p> <p>Упражнение «Музыкальные молоточки» Дятел сядет на сучок: Тук-тук- тук, тук- тук- тук! Дятел смотрит, где жучок: Тук- тук- тук, тук- тук- тук! Над дубравой сильный град: Туки-туки-тук, туки-туки-тук! С дуба желуди летят: Туки- туки-тук, туки-туки-тук! Строят хату два бобра: Тук-тук да тук, тук- тук да тук! Без гвоздей, без топора: Тук- тук да тук, тук- тук да тук!.</p> <p>Упражнение «Слушай сильную долю». После прослушивания музыки педагог обращает внимание детей на то, что сильные и слабые звуки чередуются равномерно. На сильную долю такта дети хлопают в ладоши, на слабую топают ногой. Затем они делятся на две группы: на сильную долю стучит барабан, на слабую- звучит погремушка.</p> <p>Упражнение «Мячики» (Л. Шитте Этюд) Дети стоят по кругу, руки на поясе.</p> <p>1-я фраза. Хлопки.</p> <p>2-я фраза. Притопы.</p> <p>3-я фраза. Хлопки.</p> <p>4-я фраза. Шлепки по коленям.</p> <p>Упражнение «Веселые четверки»</p> <p>И.П.: дети делятся на группы по</p>		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты (бубен, металлофон)

						<p>четыре человека и встают в свою четверку, образуя фигуру ромба. Ведущий четверки стоит спиной к своей группе, а остальные ее участники повернуты лицом к спине ведущего.</p> <p>С началом звучания ведущий начинает воспроизводить ритмический рисунок на ложках под музыку веселого быстрого танца, а остальные участники четверки повторяют ритм хлопками за своим ведущим. Когда ведущему надоест его роль, он поворачивается вправо или влево и отдает роль ведущего соседу. Четверка перестраивается под нового ведущего.</p> <p>Упражнение «Найди пару»</p> <p>И.П.: дети стоят в парах друг против друга в произвольном порядке; договариваются, кто из них будет ведущим, а кто ведомым.</p> <p>С началом звучания музыки ведомый закрывает глаза и протягивает вперед руки. Ведущий берет партнера за руки и под музыку водит его в различных направлениях.</p> <p>По сигналу педагога ведущие меняют своих партнеров. Ведомые с закрытыми глазами стоят на месте и ждут, когда их найдут новые партнеры и поведут под музыку. При повторе игры партнеры в паре меняются ролями.</p>		
5.		2.4 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
6.	23.09.24 -	2.5 Ритмика и	Занятие повторение;	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские

	29.09.24		музыкальная грамота.	занятие – репетиция.			и музыки.		музыкальные инструменты
7.			2.6 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Речевые игры, для развития ритмического ощущения речи и музыки.	Лекция на тему: формирование доброжелательного отношения друг к другу.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
8.	30.09.24 - 06.10.24		2.7 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие изучение новых знаний.	2 часа	Согласовывать с музыкой следующие движения: бегать быстро, с относительно высоким подъемом ног, передавать игровые образы различного характера. Учить ускорять и замедлять движения, пытаться выразительно передавать характерные элементы знакомых движений. Самостоятельно начинать движение после вступления.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве</u> Правильное исходное положение. Совершенствование <u>навыка ходьбы</u> : приставной шаг - исполняется в разном характере (под марш - четко почти без сгибания колена; под танцевальную музыку - мягко пружиня на одной или обеих ногах, а под музыку с яркими метрическими акцентами на «раз» - с притопом). Совершенствование <u>навыка бега</u> : высокий бег. Движение исполняется под четкую отрывистую музыку. <u>Виды прыжков</u> : легкие поскоки (работает ступня, руки слегка двигаются одна вперед, а другая назад), галоп вперед «Лошадки». <u>Пространственные построения и перестроения</u> : «Стайка», «Змейки». При простой «змейке» дети строятся в колонну, взявшись за руки, затем - не держась за руки.		Звуковоспроизводящая аппаратура;
9.			2.8 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения на ориентировку в пространстве		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
10.	07.10.24 - 13.10.24		2.9 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития ритма и речи. Игровое упражнение «Угадай». Дети идут по кругу, держась за руки. Водящий с бубном в центре круга под текст ритмично ударяет в бубен. Все говорят: --Вот лягушка по дорожке скачет, вытянувши ножки, Увидала		Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>комара- закричала...</p> <p>На слово «комара» ребенок поднимает бубен вверх. На слово «закричала» круг останавливается, все делают шаг назад, водящий отдает бубен ребенку, стоящему сзади него. Тот, кому отдали бубен, берет его и произносит «Ква- ква- ква», ударяя по бубну. Водящий должен по слуху угадать, кто это сказал, после чего они меняются местами.</p> <p>Упражнение с хлопками (Венгерская мелодия)</p> <p>I часть. Дети идут друг за другом; на сильную долю тактов они останавливаются, не приставляя ногу, а на паузу делают хлопок.</p> <p>II часть. Все бегут «змейкой» за ведущим; на сильную долю тактов 4 и 8- остановка. На паузу- хлопок.</p> <p>Ритмическое упражнение «Эхо». (Татарская танцевальная песня А. Эшпая).</p> <p>Это упражнение способствует усвоению ритмических групп: восьмая, 4 шестнадцатых, восьмая; и 4 шестнадцатых.</p> <p>Дети стоят по кругу лицом к центру, держась за руки. В центре круга ребенок с бубном в руках.</p> <p>Такты 1-4. Выполнение ритмического рисунка ударами в бубен. Такты 5-8. Ребенок продолжает тихо ударять в бубен. Остальные дети прохлопывают ритмический рисунок</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>В ладоши.</p> <p>Такты 9-16 и 17-24. Повторение заданий тактов 1-8.</p> <p>Музыка проигрывается снова.</p> <p>Такты 1-4. Дети идут к центру круга (семь шагов) и на последнюю восьмую топают ногой.</p> <p>Такты 5-8. С правой ноги отходят назад спиной, топая на последнюю восьмую.</p> <p>Такты 9-12. Легко бегут по кругу вправо (шаг на каждую восьмую). Такты 13-16. Бегут влево.</p> <p>Одновременно ребенок с бубном негромкими ударами выполняет ритмический рисунок.</p> <p>Такты 17-24. Ребенок с бубном называет имя любого из детей и тот повторяет заданный ритмический рисунок. Дети оценивают исполнение.</p>		
11.		2.10 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения на ориентировку в пространстве		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
12.	14.10.24 - 20.10.24	3.1 Партерная хореография.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Упражнения выполняется лежа на спине с плотно прижатыми плечами и поясницей к полу. Вся азбука классического танца для ног выполняется сначала вытянутым подъемом, затем сокращенным	<p><u>1 комплекс для развития выворотности:</u></p> <p>И. п. — сидя, ноги согнуты, руки вперед, в руках сложенная вчетверо скакалка. Поднимая руки вверх, отводить их за спину и возвращать обратно. Повторить 8—10 раз.</p> <p>И. п. — сидя со скрещенными ногами, руки соединены за спиной.</p>	Беседа на тему: выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<p>Пружинящие наклоны вперед до касания лбом пола. Задержка в крайнем положении 3—4 с.</p> <p>И. п. — сидя с выпрямленными ногами. Глубокий наклон вперед, коснуться грудью бедер, пальцами рук захватить пальцы ног. Задержаться в этом положении до 6 с, дыхание ровное.</p> <p>И. п. — лежа на спине. Сделать «мост» и коснуться пальцами рук пяток. Задержаться в этом положении до 4 с, сохраняя ровное дыхание. После каждой попытки расслаблять мышцы.</p> <p>И. п. — лежа на спине, руки вверх. Отвести ногу в сторону, взяться рукой за пальцы ноги. Задержаться в этом положении 4—6 с. То же другой ногой.</p>		
13.			3.2 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	При выполнении упражнений на полу важно сохранять ритм дыхания, не задерживая его. В упражнениях сидя и лежа все элементы должны выполняться с постепенным увеличением амплитуды	Кросс разминка. 1 комплекс для развития выворотности.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
14.	21.10.24 - 27.10.24		3.3 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Следим за положением корпуса, головы, при выполнении упражнений.	<p>Комплекс упражнений №3</p> <p>1.И.п.-сидя,ноги вытянуты в 1 поз.,руки опущены вниз ,раскрыты в стороны точно по линии плеч, средний палец касается пола. Подъём рук через 1,2,3-ю позиции, вернуться в исходное положение. Фиксировать положение каждой позиции 2 счёта. Выполнить «складочку».</p> <p>2.И.п.-сидя,ноги вытянуты в 6 поз., руки на поясе. Упражнение «утюжки», «утюжки» с разворотом через 1 поз.к себе и от себя.</p>	Лекция на тему: формирование доброжелательного отношения друг к другу.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						<p>3.И.п.-сидя, опора на руки сзади, махи на 45° выворотню ,поочерёдно каждой ногой</p> <p>4.И.п.-лёжа на спине, подтянуть согнутые в коленях ноги к тазобедренному суставу, выполнить «лягушку», вернуться в и.п.</p> <p>5.И.п.-лёжа на спине, руки вдоль корпуса, обеими ногами перекач за голову.</p> <p>6.И.п.-лёжа на спине, ноги в 1 поз., поочерёдно выполнить махи на 90°</p> <p>7.И.п.-лёжа на спине, обе ноги подняты вверх. Опускаем п.н. в сторону, возвращаем в исходное положение. То же с другой ноги.</p> <p>8.И.п.- лежа на боку, максимально вытянувшись, махи в сторону,2 обычных ,3-й закончить в пассе, вернуться в и. п.</p> <p>9.И.п.-лёжа на животе, руки вытянуты вперёд. Подъём корпуса на -верх.</p> <p>10.И.п.-лёжа на животе, поднимаем ноги , согнутые в коленях наверх, захватываем руками щиколотки.(коробочка)</p> <p>11.И.п.- стоя на коленях,нога выводится назад на носок. Делаем батман наверх и в и.п.</p> <p>12.И.п.-сидя в группировке, покатаься на спине. «Ёжик»</p>	
15.		3.4 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Следим за постановкой корпуса, головы, при выполнении упражнений.	Комплекс упражнений №3	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

16.	28.10.24 - 03.11.24		3.5 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №3		Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
17.			3.6 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа		Комплекс упражнений №3		Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
18.	04.11.24 - 10.11.24		3.7 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №3		Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
19.			3.8 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №3	Беседа на тему: выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
20.	11.11.24 - 17.11.24		3.9 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа	При работе в партере важно следить за правильным дыханием воспитанника. Обращаем	Комплекс упражнений для развития гибкости и о.ф.п.1 комплекс • И. п. — сидя, ноги согнуты, руки		Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

				занятие – репетиция.		внимание на вытянутость стоп и колен.	<p>вперед, в руках сложенная вчетверо скакалка. Поднимая руки вверх, отводить их за спину и возвращать обратно. Повторить 8—10 раз.</p> <ul style="list-style-type: none"> И. п. — сидя со скрещенными ногами, руки соединены за спиной. Пружинящие наклоны вперед до касания лбом пола. Задержка в крайнем положении 3—4 с. И. п. — сидя с выпрямленными ногами. Глубокий наклон вперед, коснуться грудью бедер, пальцами рук захватить пальцы ног. Задержаться в этом положении до 6 с, дыхание ровное. И. п. — лежа на спине. Сделать «мост» и коснуться пальцами рук пяток. Задержаться в этом положении до 4 с, сохраняя ровное дыхание. После каждой попытки расслаблять мышцы. И. п. — лежа на спине, руки вверх. Отвести ногу в сторону, взяться рукой за пальцы ноги. Задержаться в этом положении 4—6 с. То же другой ногой. 		
21.			3.10 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
22.	18.11.24 - 24.11.24		4.1 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Для развития выворотности голенисто-пальных и бедренных суставов выполняют элементы классического танца для ног.	<p><u>Экзерсисустанка</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Релеве на полупальцы на одной ноге. Батман тандю вперед — в сторону — назад во всех маленьких позах. Батман тандю жете в маленьких позах. Демирон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на всей ступне, в конце года — на полупальцах. 		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

						<ol style="list-style-type: none">5. Батман фондю на всей ступне носком в пол и на 45°. На полупальцах ан фас в маленьких позах.6. Батман сутеню на всей ступне и с подъемом на полупальцы во всех направлениях и маленьких позах, носком в пол и на 45°.7. Батман фраппе во всех направлениях на всей ступне, позднее на полупальцах.8. Пти батман сюрле ку-де-пье на полупальцах.9. Па купе на всей ступне и на полупальцах.10. Рон де жамб ан лердеор и ан дедан на всей ступне и на полупальцах.11. Батман релевелан и девелоппе на 90° во всех больших позах.12. Демирон де жамб и гран рон де жамбдевелоппе ан деор и ан дедан.13. Гран батман жете:14. Первое и третье пор де бра исполняется с ногой, вытянутой на носок вперед — назад — в сторону; третье пор де бра с деми-плие на опорной ноге.15. Релеве на полупальцах в четвертой позиции, нога в положении сюрле ку-де-пье. В конце года на 45°.16. Полуповорот ан деор и ан дедан в пятой позиции на вытянутых ногах и на деми-плие.		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

23.			4.2 Азбука классического танца.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. .		Звуковоспроизводяща я аппаратура;
24.	25.11.24 - 01.12.24		4.3 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	При выполнении упражнений следим за постановкой ног, корпуса, рук и головы. Необходимо достичь устойчивости корпуса без помощи станка и добиться наибольшей выворотности, мышечной организованности тела без какого-либо напряжения.	Экзерсис у станка.		Звуковоспроизводяща я аппаратура; детские музыкальные инструменты
25.			4.4 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Изучение функций головы в технике и пластике танца. Координация движений головы, рук и корпуса. Выработка выразительности взгляда при наклоне и повороте головы	Экзерсис у станка.		Звуковоспроизводяща я аппаратура;
26.	02.12.24 - 08.12.24		4.5 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Необходимо соблюдать правильное положение кистей рук, локтей, расстояние между станком и корпусом. Введение подготовки к упражнению (preparation), способствующей концентрации внимания перед началом упражнения.	Экзерсис у станка		Звуковоспроизводяща я аппаратура.
27.			4.6 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка.		Звуковоспроизводяща я аппаратура.
28.	09.12.24 - 15.12.24		4.7 Азбука классического	Занятие сообщения (изучения)	2 часа	Равномерное распределение мышечной нагрузки во всех	Экзерсис у станка		Звуковоспроизводяща я аппаратура.

			танца	новых знаний; занятие – репетиция.		упражнениях. Рациональное использование сочиненных упражнений для достижения поставленной цели. Полупальцы в экзерсисе у станка. Изучение техники полуповоротов, поворотов.			
29.			4.8 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Равномерное распределение центра тяжести корпуса на обе ноги и переход на одну ногу. Упражнения экзерсиса после усвоения позиций ног. Предупреждение завала стопы на большой палец. Постановка опорной стопы имеет большое значение в формировании устойчивости. Выработка правильной постановки корпуса: сильной, прямой спины, раскрытой и опущенной грудной клетки. Снятие напряжения в плечах и шее, развитие гибкости спины.	Экзерсис у станка		Звуковоспроизводящая аппаратура.
30.	16.12.24 - 22.12.24		4.9 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Изучение положений и поз классического танца на середине зала. Ознакомление с положениями anfas, epaulement, efface и croise. Определение положений и поз классического танца.	Экзерсис на середине зала 1. Маленькие позы: круазе, эффасе, экарте вперед — назад. 2. Первый, второй и третий арабески носком в пол на вытянутой ноге и на деми-плие. Постепенно позы вводят в различные упражнения. 3. Гран плие в четвертой позиции ан фас и эпольманкруазе и эффасе.		Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>4. Пор де бра с наклоном корпуса в сторону.</p> <p>5. Разные пор де бра с наклоном и перегибанием корпуса. Нога вытянута на носок вперед — назад.</p> <p>6. Четвертое и пятое пор де бра в пятой позиции.</p> <p>7. Поза четвертого арабеска носком в пол.</p> <p>8. Танлие пар терр с перегибом корпуса назад — в сторону.</p> <p>9. Релеве на полупальцах: а) в четвертой позиции круазе и эффасе; б) с ногой сюрле ку-де-пье.</p> <p>10. Поворот на двух ногах в пятой позиции, на вытянутых ногах, и на де-ми-плие.</p> <p>11. Подготовительные упражнения к турам (пируэтам) сюрле ку-де-пьеан деор и ан дедан со второй и четвертой позиций.</p> <p>12. Препарасьон (сценическая форма).</p>		
31.		4.10 Азбука классического танца	занятие – репетиция.	2 часа	Изучение позиций рук и функций кистей. Приемы allongee и arrondie, а также приемы «подхват» и «взмах», как составляющие элементы portdebras в направлениях endehorsendedans. Особенности работы над руками: развитие их пластичности и естественности. Предотвращение манерности.	Экзерсис на середине зала.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
32.	23.12.24 -	7.1 Постановочная	Занятие применения	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций для сценического номера.		Звуковоспроизводящая

	29.12.24		и репетиционная деятельность	знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.					я аппаратура.
33.			7.2 Постановочная и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций для сценического номера.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
34.	30.12.24 - 31.12.22		7.3 Постановочная и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций для сценического номера.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
35.			8.1 Контрольное занятие	Контроль умения применять знания и полученные навыки на практике.	2 часа	Контроль знаний умений и навыков воспитанников осуществляется в форме открытого урока.	Экзкрис у станка, adagio. Задания на чувство ритма, музыкальности и координации воспитанников		Звуковоспроизводящая аппаратура.
36.	13.01.25 – 19.01.25		3.11 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Комплекс упражнений для развития гибкости и о.ф.п. I комплекс</p> <ul style="list-style-type: none"> • И. п. — сидя, ноги согнуты, руки вперед, в руках сложенная вчетверо скакалка. Поднимая руки вверх, отводить их за спину и возвращать обратно. Повторить 8—10 раз. • И. п. — сидя со скрещенными ногами, руки соединены за спиной. Пружинящие наклоны вперед до касания лбом пола. Задержка в крайнем положении 3—4 с. • И. п. — сидя с выпрямленными ногами. Глубокий наклон вперед, коснуться грудью бедер, пальцами рук захватить пальцы ног. Задержаться в этом положении до 6 с, дыхание ровное. 		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						<ul style="list-style-type: none"> И. п. — лежа на спине. Сделать «мост» и коснуться пальцами рук пяток. Задержаться в этом положении до 4 с, сохраняя ровное дыхание. После каждой попытки расслаблять мышцы. И. п. — лежа на спине, руки вверх. Отвести ногу в сторону, взяться рукой за пальцы ноги. Задержаться в этом положении 4—6 с. То же другой ногой. 			
37.			3.12 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №1 для развития выворотности и о.ф.п.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
38.	20.01.25 - 26.01.25		3.13 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> И. п. — сидя на пятках, руки на полу. Подняв одну руку вверх, соединить пальцы рук за спиной, держать 6 с, дыхание ровное. Разъединить пальцы, расслабить руки, повторить со сменой рук. И. п. — сидя ноги врозь, руки в стороны. Глубокий наклон вперед, скользя руками по голени до плотного касания грудью пола. Держать 4 с, дыхание ровное. И. п. — сидя ноги врозь, руки в стороны. Согнуть правую ногу, не отрывая бедра от пола, и коснуться пальцами правой ноги левого бедра. Согнуть левую ногу и положить ее на правую. Наклонить туловище влево до касания пола руками. Держать 4 с, дыхание ровное. Вернуться в и. п., расслабить мышцы. То же в другую сторону. И. п. — лежа в упоре. Сгибая ноги, достать ступнями до головы, держать 6 с, вернуться в и. п., расслабиться. И. п. — лежа на спине. 		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

							<p>Поднимая прямые ноги и поддерживая руками крестец, пронести ноги за голову, коснуться пола. Руки положить на пол. Держать 4 с, опустить в и. п.</p> <p>И. п. — лежа в упоре. Взяться за ноги, раскачиваясь вперед-назад. Ноги поднимать до предела, голову сильно отводить назад. Расслабиться.</p>		
39.			3.14 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
40.	27.01.25 – 02.02.25		3.15 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
41.			3.16 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
42.	03.02.25 - 09.02.25		3.17 Партерная хореография	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	При работе в партере важно следить за правильным дыханием воспитанника. Обращаем внимание на вытянутость стоп и колен	<p>Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> И. п. — сидя на пятках, руки на полу. Подняв одну руку вверх, соединить пальцы рук за спиной, держать 6 с, дыхание ровное. Разъединить пальцы, расслабить руки, повторить со сменой рук. И. п. — сидя ноги врозь, руки в стороны. Глубокий наклон вперед, скользя руками по голени до плотного касания грудью пола. Держать 4 с, дыхание ровное. И. п. — сидя ноги врозь, руки в стороны. Согнуть правую ногу, не отрывая бедра от пола, и коснуться пальцами правой ноги левого бедра. Согнуть левую ногу и положить ее на правую. Наклонить туловище влево до касания пола руками. Держать 4 с, дыхание ровное. Вернуться в и. п., расслабить мышцы. То же в другую сторону. 	Лекция на тему: воспитание ценностных ориентиров на здоровый образ жизни.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<ul style="list-style-type: none"> И. п. — лежа в упоре. Сгибая ноги, достать ступнями до головы, держать 6 с, вернуться в и. п., расслабиться. И. п. — лежа на спине. Поднимая прямые ноги и поддерживая руками крестец, пронести ноги за голову, коснуться пола. Руки положить на пол. Держать 4 с, опустить в и. п. <p>И. п. — лежа в упоре. Взяться за ноги, раскачиваясь вперед-назад. Ноги поднимать до предела, голову сильно отводить назад. Расслабиться.</p>		
43.		3.18 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений №2 для развития выворотности и о.ф.п.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
44.	10.02.25 – 16.02.25	4.11 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис на середине зала.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
45.		4.12 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Определение разрядов поз – малых, средних и больших. Понятие канонические и неканонические позы классического танца. Составление простейшего adagio координации с различными формами portdebras. с действием рук, с поворотами и наклонами головы и сопровождающего взгляда. Отработка приемов исполнения движений	Экзерсис на середине зала		Звуковоспроизводящая аппаратура.
46.	17.02.25 –	4.13 Азбука	Занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис на середине зала.	Дискуссия на тему смыслового	Звуковоспроизводящая аппаратура.

	23.02.25		классического танца					наполнения в исполнении танцевальных номеров.	
47.			4.14 Азбука классического танца	занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис на середине зала		Звуковоспроизводящая аппаратура.
48.	24.02.25 – 02.02.25		4.15 Азбука классического танца	занятие – репетиция.	2 часа	Составление простейшего adagioв координации с различными формами portdebras. с действием рук, с поворотами и наклонами головы и сопровождающего взгляда. Отработка приемов исполнения движений	Экзерсис на середине зала.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
49.			6.1 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Техника безопасности на уроках акробатики.	Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
50.	03.03.25 – 09.03.25		6.2 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Техника безопасности на уроках акробатики. Следим за правильностью выполнения элементов.	Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.			6.3 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
52.	10.03.25 – 16.03.25		6.4 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие –	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты		Звуковоспроизводящая аппаратура.

				репетиция.			(сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		
53.			6.5 Элементы акробатики	занятие – репетиция.	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.	17.03.25 – 23.03.25		6.6 Элементы акробатики	занятие – репетиция.	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.			6.7 Элементы акробатики	занятие – репетиция.	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
56.	24.03.25 – 30.03.25		6.8 Элементы акробатики	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
57.			6.9 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие –	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух		Звуковоспроизводящая аппаратура.

				репетиция.			руках).		
58.	31.03.25 – 06.04.25		6.10 Элементы акробатики	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Кросс-разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры); мосты (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя); шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо); перевороты (вперед, назад на двух руках).		Звуковоспроизводящая аппаратура.
59.			5.1 Танцевальные этюды		2 часа	Понятие «Этюд». Отличие хореографического этюда от актерского.	Игровые танцевальные этюды.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
60.	07.04.25 – 13.04.25		5.2 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция	2 часа		Игровые танцевальные этюды.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
61.			5.3 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция	2 часа		Игровые танцевальные этюды: <ul style="list-style-type: none"> • «Веселая бабочка» — свободная ходьба и бег с размахиванием руками. • «Поезд». Стать в колонну, положив левую руку на плечо впереди стоящего. Ведущий — локомотив а остальные — вагончики. • «Ветер и листья». Учитель дует, как ветер, а дети бегают по площадке, как разгоняемые ветром листья. При прекращении «ветра» дети приседают. • «Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. • «Резвые мышата» — ползание на коленях с подъемом на пальцы. «Ловля бабочек» — подскоки с имитацией ловли бабочек.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
62.	14.04.25 – 20.04.25		5.4 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений,	2 часа	Статические этюды. Обращаем внимание на способы связи позы с движением, с музыкой,	Игровые танцевальные этюды:		Звуковоспроизводящая аппаратура.

				навыков; занятие – репетиция.		т.е. позы должны быть «говорящими», а движения «рассказывающими». Основы и принципы перехода пластических поз из одной в другую.			
63.			5.5 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Игровые этюды направлены на реализацию ребенком собственного понимания музыки.	Игровые танцевальные этюды:		Звуковоспроизводяща я аппаратура.
64.	21.04.25 – 27.04.25		5.6 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Работа над выразительностью движений, жестов, поз, мимики. При этом надо стремиться, чтобы в любом движении ребёнка участвовало всё тело.	Этюд на основе классической композиции Пластические этюды под чтение стихов		Звуковоспроизводяща я аппаратура.
65.			5.7 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Этюд на основе классической композиции Пластические этюды под чтение стихов		Звуковоспроизводяща я аппаратура.
66.	28.04.25 – 04.05.25		5.7 Танцевальные этюды	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Этюд на основе классической композиции Пластические этюды под чтение стихов		Звуковоспроизводяща я аппаратура.
67.			7.4 Постановочная и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.		Звуковоспроизводяща я аппаратура.
68.	05.05.25 –		7.5 Постановочная	Занятие применения	2 часа		Отработка сценического номера.		Звуковоспроизводяща

	11.05.25		и репетиционная деятельность	знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.					я аппаратура.
69.			7.6 Постановочная и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
70.	12.05.25 – 18.05.25		7.7 Постановочная и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
71.			7.8 Постановочная и репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка сценического номера.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
72.	19.05.25 – 25.05.25		8.2 Контрольное занятие	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа	Выступление воспитанников на большой сцене.	Участие группы в отчетном концерте коллектива		Звуковоспроизводящая аппаратура.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 245



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»,
авторы Мигачева С.К., Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная

Год обучения – 3 год

Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Васильева Елена Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа, разработанная на основе авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец», художественной направленности.

Год обучения по программе – 3 год.

Цель программы: *формирование творческой личности, способной к социальному, культурному и профессиональному самоопределению средствами хореографического искусства.*

Задачи 3 года обучения

Обучающие:

- обучать азбуке классического танца;
- формировать понятие «культура», «пластика» рук и тела;
- формировать базовые знания, умения и навыки в области классического тренажа;
- формировать элементарные знания, умения и навыки в области растяжки и акробатики.

Развивающие:

- развивать заинтересованность, увлеченность, навык совместного творчества;
- развивать художественно-образное восприятие и мышление, желание импровизировать;
- способствовать развитию интереса к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту;
- развивать необходимые для занятий способности (выносливость, концентрацию, внимание, умение ориентироваться в пространстве);
- содействовать развитию природных способностей ребёнка (слух, чувство ритма, координацию, пластичность);
- способствовать развитию общей культуры учащихся.

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся умение слушать и слышать учителя;
- воспитывать у учащихся умение слушать музыку, слышать и передавать ее содержание в движении;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость; воспитывать трудолюбие и самодисциплину
- воспитывать понимание музыкально-двигательного образа;
- воспитывать осмысленное восприятие движений;
- воспитывать творческую самостоятельность;

Формы и режим занятий:

- основной курс (3-й год обучения) – 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов в год);

Методика работы по программе предполагает формы обучения в дистанционном образовательном пространстве.

Учебный материал состоит из следующих компонентов: *файлы, содержащие музыкальные материалы в соответствии с программой;*

видеоролики; танцевальные схематичные (ритмические рисунки) в виде презентации.

Образовательный процесс, соответствующий содержанию программы, может транслироваться в сети Internet, в режиме *Online* – изменяя структуру занятия, способы взаимодействия педагога и учащегося, организацию информационно-образовательной среды учебного процесса, когда учащиеся имеют доступ к учебным материалам, в виде (*видео ролики, тематические презентации, тематические музыкальные файлы-записи*), которые педагог использует непосредственно на занятии. Выполнять задание педагога, учащиеся могут, в режиме отложенного времени (*offline-занятия*), с предоставлением ему – результатов танцевальной учебно-тренировочной работы. Педагог может транслировать свою учебную деятельность (*onlin-чат, через мессенджеры*), проверяя задания и корректируя работу учащихся, предоставляя интересную информацию по вопросам лучших образцов танцевального искусства. При выполнении задания, учащиеся могут обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом *в чате*.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В ходе реализации программы используются следующие **виды контроля знаний учащихся:**

- вводный контроль (проводится, при поступлении ребенка в коллектив). Он позволяет определить уровень развития каждого ребенка, выявить его возможности и способности. Одновременно проводится анкетирование родителей с целью выявления особенностей и склонностей детей, их интересов;

- предварительный контроль проводится в начале каждого учебного года, кроме 1 года обучения;

- текущий контроль (осуществляется для выявления, на каком уровне освоения программы находится учащийся). Проводится в виде контрольного занятия, направленного на проверку изученных знаний, умений и навыков по разделам общеобразовательной общеразвивающей программы, темам:

- усвоение теоретического материала;
- техника исполнения танцевальных элементов;

- промежуточный контроль проводится в конце 1 и 2 полугодий с целью проверки уровня освоения программного материала;

- итоговый контроль – проводится по завершению учебы по общеобразовательной общеразвивающей программе. Формы проведения итоговой аттестации: практические умения и навыки учащиеся демонстрируют на творческом отчете (отчетном концерте ансамбля).

Все критерии освоения общеобразовательной программы оцениваются по 5-ти бальной системе (уровни: высокий, средний, низкий).

- Высокий уровень- 4-5 баллов
- Средний уровень-2-3балла
- Низкий уровень- 0-1

Ожидаемые результаты III^{ого} года обучения

Учащиеся будут знать:

- закон перемещения в пространстве сцены;
- основы и принципы работы в парах и в группах;
- термины азбуки классического танца;

- весь пройденный материал на I и II годах обучения;
- основы характерного танца (русский народный, испанский, узбекский);
- принципы передачи образа в этюдах;
- технику работы в парах.

уметь:

- все изученные элементы азбуки классического танца выполнять в более быстром темпе;
- грамотно исполнять элементы классического танца;
- самостоятельно отрабатывать полупальцевую технику движений в постановках;
- стилизовать движения под характерный танец;
- работать над выразительностью исполнения танцевальных связок;
- выполнять несложные повороты и прыжки;
- выполнять все правила и требования, предъявляемые педагогом к каждому учащемуся;
- связывать движения с музыкой.

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»
3 год обучения
2024 – 2025 учебный год**

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Знакомство с целями и задачами образовательной программы на учебный год, с содержанием занятий и перспективами на будущее. Упражнения на развитие ОФП	Вводный контроль знаний и умений, полученных на прошлых годах обучения.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			6.1 Акробатика.	Повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Техника безопасности на уроках акробатики.	Упражнения для развития О.Ф.П. Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
3.	09.09.24 – 15.09.24		2.1 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятия: «шеренга», «колонна», «дистанция», «интервал», «круг»	Проведение кросс разминки и круговой тренировки. Ходьба пригибным шагом, пружинный шаг, широкий шаг, ходьба выпадами, ходьба с ускорениями и замедлениями, ходьба, чередуемая с бегом, повороты на бегу, бег с различными движениями рук	Звуковоспроизводящая аппаратура.
4.			2.2 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Понятия: «шеренга», «колонна», «дистанция», «интервал», «круг»	Проведение кросс разминки и круговой тренировки. Ходьба пригибным шагом, пружинный шаг, широкий шаг, ходьба выпадами, ходьба с ускорениями и замедлениями, ходьба, чередуемая с бегом, повороты на бегу, бег с различными движениями рук	Звуковоспроизводящая аппаратура.
5.			6.2 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: кувырок. Основные приемы массажа: • поглаживание; • выжимание; • разминание;	Маты, гимнастические коврики.

							<ul style="list-style-type: none"> • растирание; • ударные приемы: поколачивание, • похлопывание, • рубление; • потряхивание. 	
6.	16.09.24 - 22.09.24		2.3 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие изучение новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	восприятия характера музыки, музыкально- выразительное представление и творческая активность. Обращаем внимание на чувство ритма, музыкально- ритмическую память и сознательное освоение детьми метроритмической структуры музыки.	<ul style="list-style-type: none"> • Прослушав музыку, предложить воспитанникам самостоятельно отобразить ее характер в движениях. Это дает возможность выявить отношение детей к данному произведению, а также определить их творческие возможности. Обратить внимание детей на более удачное исполнение. Иногда лучшие варианты повторяются всеми детьми. • После прослушивания музыки и определения ее характера (спокойный, бодрый, веселый и т. д.) показать детям зафиксированные движения (гимнастические, танцевальные), стараясь добиться правильной реакции на музыку и выразительности исполнения движений. Выразительное исполнение музыки должно способствовать созданию ярких художественных образов, близких и понятных детям и легко поддающихся передаче средствами движения. • Уметь двигаться в темпе исполняемого произведения. Узнавать темпы: медленный, быстрый, умеренный. Уметь ускорять и замедлять темп, (игры: "Поезд", муз. Е. Тиличевой, "Метро", муз. Т.Ломовой). • Выполнять по памяти ходьбу, бег, ритмические рисунки в заданном темпе после временного прекращения музыки (в знакомых музыкальных произведениях и упражнениях "эхо"). • Сохранять заданный темп в речевых упражнениях (произнесение текста в заданном темпе во время ходьбы или бега равными длительностями). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
7.			2.4 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	восприятия характера музыки, музыкально- выразительное представление и творческая активность. Обращаем внимание на чувство ритма, музыкально- ритмическую память и сознательное освоение детьми метроритмической структуры	<ul style="list-style-type: none"> • Прослушав музыку, предложить воспитанникам самостоятельно отобразить ее характер в движениях. Это дает возможность выявить отношение детей к данному произведению, а также определить их творческие возможности. Обратить внимание детей на более удачное исполнение. Иногда лучшие варианты повторяются всеми детьми. • После прослушивания музыки и 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						музыки. Понятие: «метроритм»	<p>определения ее характера (спокойный, бодрый, веселый и т. д.) показать детям зафиксированные движения (гимнастические, танцевальные), стараясь добиться правильной реакции на музыку и выразительности исполнения движений. Выразительное исполнение музыки должно способствовать созданию ярких художественных образов, близких и понятных детям и легко поддающихся передаче средствами движения.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Уметь двигаться в темпе исполняемого произведения. Узнавать темпы: медленный, быстрый, умеренный. Уметь ускорять и замедлять темп, (игры: "Поезд", муз. Е. Тиличевой, "Метро", муз. Т.Ломовой). • Выполнять по памяти ходьбу, бег, ритмические рисунки в заданном темпе после временного прекращения музыки (в знакомых музыкальных произведениях и упражнениях "эхо"). • Сохранять заданный темп в речевых упражнениях (произнесение текста в заданном темпе во время ходьбы или бега равными длительностями). • Интуитивное восприятие на слух метрической пульсации, ощущение сильных и слабых долей (I четверть). • Интуитивное освоение соотношений длительностей (долгие, короткие звуки). • Прохлопывание, простукивание простейших ритмических рисунков, а также ходьба под музыку: сочетание четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4 и 3/4 (I четверть). 	
8.		6.3 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: кувырок. Основные приемы массажа.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
9.	23.09.24 - 29.09.24	2.5 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Интуитивное восприятие на слух метрической пульсации, ощущение сильных и слабых долей (I четверть). • Интуитивное освоение соотношений длительностей (долгие, короткие звуки). • Прохлопывание, простукивание простейших ритмических рисунков, а также ходьба под музыку: сочетание четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4 и 3/4 (I четверть). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.	

						<ul style="list-style-type: none"> • Знакомство с понятием "сильная доля" (I четверть). • Осознанное усвоение длительностей: четверть, восьмая, половинная. Выполнение данных длительностей условными обозначениями (II четверть) • Развитие ритмической памяти (упражнение "эхо"); выполнение шагами ритмического рисунка знакомого музыкального произведения (частично без музыкального сопровождения), Работа по выполнению ритмических рисунков проводится на протяжении всего учебного года. • Использование речевых упражнения, для соблюдения темпа и выполнения ритмических рисунков (I, II четверти). • Осознанное определение длительностей в речевых упражнениях (II четверть). • Знакомство с размерами 2/4 и 3/4 . Определение их на слух на основе ощущения сильных долей (II, III четверти). • Знакомство с затактовым построением (III четверть). • Дирижирование во время ходьбы: выполняя шагами разные длительности; выполняя шагами простейшие ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4 и 3/4 	
10.		2.6 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Интуитивное восприятие на слух метрической пульсации, ощущение сильных и слабых долей (I четверть). • Интуитивное освоение соотношений длительностей (долгие, короткие звуки). • Прохлопывание, простукивание простейших ритмических рисунков, а также ходьба под музыку: сочетание четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4 и 3/4 (I четверть). • Знакомство с понятием "сильная доля" (I четверть). • Осознанное усвоение длительностей: четверть, восьмая, половинная. Выполнение данных длительностей условными обозначениями (II четверть) • Развитие ритмической памяти (упражнение "эхо"); выполнение шагами ритмического рисунка 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<p>знакомому музыкального произведения (частично без музыкального сопровождения), Работа по выполнению ритмических рисунков проводится на протяжении всего учебного года.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Использование речевых упражнения, для соблюдения темпа и выполнения ритмических рисунков (I, II четверти). • Осознанное определение длительностей в речевых упражнениях (II четверть). • Знакомство с размерами 2/4 и 3/4 . Определение их на слух на основе ощущения сильных долей (II, III четверти). • Знакомство с затактовым построением (III четверть). <p>Дирижирование во время ходьбы: выполняя шагами разные длительности; выполняя шагами простейшие ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4 и 3/4</p>	
11.			6.4 Акробатика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: стойка на голове, стойка на руках.. Основные приемы массажа.</p>	Маты, гимнастические коврики.
12.	30.09.24 - 06.10.24		2.7 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Строение музыкального произведения. На коротких и доступных произведениях ознакомление с понятием "вступление".</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ознакомление с двухчастными и трехчастными построениями, фразами, куплетной формой (II, III четверти). • . После вступления — самостоятельно, без словесного указания педагога начинать движение, ощущая первую сильную долю • Музыкальные размеры 2/4 и 3/4 . Определение их на слух на основе ощущения сильных долей (II, III четверти). • затактовое построение (III четверть). • Дирижирование во время ходьбы: выполняя шагами разные длительности; выполняя шагами простейшие ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4 и 3/4 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
13.			2.8 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Ознакомление с двухчастными и трехчастными построениями, фразами, куплетной формой (II, III четверти). • . После вступления — самостоятельно, без 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

				занятие – репетиция.			словесного указания педагога начинать движение, ощущая первую сильную долю <ul style="list-style-type: none"> Музыкальные размеры 2/4 и 3/4 . Определение их на слух на основе ощущения сильных долей (II, III четверти). <ul style="list-style-type: none"> затактовое построение (III четверть). Дирижирование во время ходьбы: выполняя шагами разные длительности; выполняя шагами простейшие ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых и половинных длительностей в размерах 2/4 и 3/4	
14.			6.5 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: стойка на голове, стойка на руках.. Основные приемы массажа.	
15.	07.10.24 - 13.10.24		2.9 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Развитие устойчивости тела путем овладения навыками в перемещении общего центра тяжести и центров тяжести суставов, а также соблюдения апломба (умение сохранять устойчивость, соблюдать вертикальное положение, и соответствующее мышечное напряжение, удерживающее тело в нужном положении). Упражнения выполняются отдельными частями тела и всем телом; без предметов и с предметами (скакалка, игрушка). Обучающиеся могут находиться лицом, спиной или боком друг к другу. Важно подобрать детей примерно одинаковой комплекции (по весу, росту, длине рук, ног, корпуса).	Упражнения выполняются на месте и с продвижением; <ul style="list-style-type: none"> МАЯТНИК Перед этим движением необходимо выполнить следующие упражнения: основное положение ног, предложить детям представить, что он оловянный солдатик и медленно покачиваться, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую при чём надо говорить детям, чтобы ступни от пола не отрывались и детки чувствовали пол всеми пальцами ног. При этом корпус должен не наклоняться в бок, в сторону движения, а равномерно смещался относительно от вертикальной. Маятник 2: Исходное положение шестая позиция ног. Переносить тяжесть корпуса на носки не отрывая пятки от пола, а затем на пятки не отрывая носки от пола при этом следить чтобы корпус при движение вперёд не наклонялся по линии пояса. Эти упражнения помогают выработать у ребёнка мышечных суставов, и готовит к изучению упражнения у станка. Маятник 3. Не теряя положение ровной спины, делают выпад вперёд на одну ногу. Надо следить, чтобы дети, сохраняя положение выпада, не переносили тяжесть тела на обе ноги, а свободная нога от тяжести тела излишне не напрягалась. При выпад в сторону, корпус в сторону выпада не поворачивается. Корпус в этих случаях сохраняют вертикальное положение. В 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>постановочной работе допускаются наклоны выпада в сторону наклона.</p> <ul style="list-style-type: none"> • КАТУШКА медленно и постепенно наклоняют голову вперёд сгибая сначала верхнюю, затем нижнюю часть корпуса до положения касаясь грудью бёдер. Колени в конце движения слегка подгибаются. Тяжесть тела находится на передней части ступни. Затем происходит медленное разгибание выпрямляются колени, верхняя, нижняя часть корпуса и наконец голова. 	
16.		2.10 Ритмика и музыкальная грамота.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<ul style="list-style-type: none"> • МАЯТНИК: предложить детям представить, что он оловянный солдатик и медленно покачиваться, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую при чём надо говорить детям, чтобы ступни от пола не отрывались и детки чувствовали пол всеми пальцами ног. При этом корпус должен не наклоняться в бок, в сторону движения, а равномерно смещался относительно от вертикальной. <p>Исходное положение шестая позиция ног. Переносить тяжесть корпуса на носки не отрывая пятки от пола, а затем на пятки не отрывая носки от пола при этом следить чтобы корпус при движение вперёд не наклонялся по линии пояса. Эти упражнения помогают выработать у ребёнка мышечных суставов, и готовит к изучению упражнения у станка.</p> <p>Это продолжение упражнения «маятник». Не теряя положение ровной спины, делают выпад вперёд на одну ногу. Надо следить, чтобы дети, сохраняя положение выпада, не переносили тяжесть тела на обе ноги, а свободная нога от тяжести тела излишне не напрягалась. При выпад в сторону, корпус в сторону выпада не поворачивается. Корпус в этих случаях сохраняют вертикальное положение. В постановочной работе допускаются наклоны выпада в сторону наклона.</p> <ul style="list-style-type: none"> • КАТУШКА: медленно и постепенно наклоняют голову вперёд сгибая сначала верхнюю, затем нижнюю часть корпуса до положения касаясь грудью бёдер. Колени в конце движения 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							слегка подгибаются. Тяжесть тела находится на передней части ступни. Затем происходит медленное разгибание выпрямляются колени, верхняя, нижняя часть корпуса и наконец голова.	
17.			6.6 Акробатика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: стойка на голове, стойка на руках.. Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
18.	14.10.24 - 20.10.24		3.1 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Лежа на коврике следить за тем, что бы была прижата спина к полу: поясничный отдел и плечевой пояс. Выполняется классический экзерсис для ног.	<p>Кросс разминка. Партерная гимнастика: «Достать до солнышка». Упражнения для укрепления мышц спины. Исходное положение: сидя на полу, спина прямая, подтянутая, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол. Музыкальный размер 2/4. 1-2-й такты – руки ставим на пояс, корпус вытягивается, «тянемся макушкой до солнышка». 3-4-й такты – корпус расслабляется, исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p>«Складочка». Упражнение для мышц спины и брюшно- го пресса. Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: сидя на полу, спи- на прямая, подтянутая, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол. 1-2-й такты – руки через стороны медленно поднимаются в третью позицию; 3-4-й такты – «Складочка» к ногам (спина подтянута, ноги вытянуты). 5-6-й такты – сохраняя третью позицию, поднимаем корпус вверх, удерживая подтянутой поясницу; 7-8-й такты – плавным движением опускаем через стороны руки в исходное положение. Упражнение исполняется 4 раза.</p> <p>«Лягушка». Упражнение на развитие выворотности и эластичности ног. Музыкальный размер 3/4. Исходное положение – сидя на полу. При исполнении под музыку этого элемента педагог следит за выворотностью ног и подтянутостью корпуса (медленно и спокойно колени ребенка достают до пола). Упражнение «лягушка» может так же исполняться лежа на</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.

							<p>спине или лежа на животе. Упражнение можно усложнить. Исходное положение: сидя на полу, ноги выворотны – «лягушка», корпус подтянут, руки опущены на пол. 1-2-й такты – руки поднимаются через стороны в третью позицию; 3-4-й такты – опускаем корпус вниз, «складочка» (ноги выворотны, спина подтянута, руки сохраняют третью позицию); 5-6-й такты – сохраняя третью позицию рук, поднимаем корпус вверх; 7-8-й такты – руки возвращаются в исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p><i>«Растем-растем!».</i> Упражнение на напряжение и расслабление всех мышц (лежа на спине). Музыкальный размер 4/4. Исходное положение: лежа, корпус вытянут, руки в стороны ладонями вниз. 1-й такт – корпус, шею, колени, стопы вытянуть (следить, чтобы поясница прилегала плотно к полу); 2-й такт – расслабить все мышцы.</p>	
19.		3.2 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Кросс разминка, Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.	
20.		6.7 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: стойка на голове, стойка на руках, кувырок назад с выходом в стойку на руках. Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.	
21.	21.10.24 - 27.10.24	3.3 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Упражнения выполняются лежа на спине с плотно прижатыми плечами и поясницей к полу. Затем лежа на животе. Упражнения выполняются, сначала, вытянутым подъемом, затем сокращенным.	Кросс разминка, Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.	
22.		3.4 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Кросс разминка, Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для	

							ног.	
23.			6.8 Акробатика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа		. Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: кувырок назад с выходом в стойку на руках. Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
24.	28.10.24 - 03.11.24		3.5 Партерная хореография	Занятие – репетиция.	2 часа		Кросс разминка, Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку.	Звуковоспроизводя щая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
25.			3.6 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Кросс разминка, Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку.	Звуковоспроизводя щая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
26.			6.9 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: стойка на голове, стойка на руках, кувырок назад с выходом в стойку на руках. Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
27.	04.11.24 - 10.11.24		3.7 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку. Работа с утяжелением.	Звуковоспроизводя щая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
28.			3.8 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку. Работа с утяжелением.	Звуковоспроизводя щая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
29.			6.10 Акробатика.	Занятие сообщения (изучения)	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: «мостик», ходьба на «мостике», «мостик с положения сидя».	Маты, гимнастические коврики.

				новых знаний; занятие – репетиция.			Основные приемы массажа.	
30.	11.11.24 - 17.11.24		4.1 Азбука классического танца	занятие – репетиция.	2 часа	Особенное внимание уделить выразительности поз, координации движений и развитию силы ног. Темп выполнения увеличивается.	Экзерсис у с т а н к а Гран плие с пор де бра и с переходом рук из позиции в позицию. Деми рон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на полупальцах, на де-ми-плие. Батман фондю: дубль на всей ступне, в конце года — на полупальцах; с плие — релеве на 45° на всей ступне, в конце года — на полупальцах; с плие — релеве на 90° на всей ступне ан фас, в конце года — на полупальцах; батман сутеню на 90° в маленьких и больших позах на всей ступне и полупальцах. Батман фραπε: во всех позах на всей ступне и на полупальцах; с релеве на полупальцы. Батман дубль фραπε: во всех позах на всей ступне и на полупальцах; с релеве на полупальцы и заканчивая на деми-плие. Пти батман сюр ле ку-де-пье; с плие — релеве на всей ступне и на полупальцах. 7. Томбе с полуповоротом сюр ле ку-де-пье. 8. Рон де жамб ан лер ан деор и ан дедан, заканчивая на деми-плие.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
31.			4.2 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у с т а н к а Гран плие с пор де бра и с переходом рук из позиции в позицию. Деми рон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на полупальцах, на де-ми-плие. Батман фондю: дубль на всей ступне, в конце года — на полупальцах; с плие — релеве на 45° на всей ступне, в конце года — на полупальцах; с плие — релеве на 90° на всей ступне ан фас, в конце года — на полупальцах;	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<p>батман сутеню на 90° в маленьких и больших позах на всей ступне и полупальцах.</p> <p>Батман фραπε: во всех позах на всей ступне и на полупальцах; с релеве на полупальцы.</p> <p>Батман дубль фραπε: во всех позах на всей ступне и на полупальцах; с релеве на полупальцы и заканчивая на деми-плие.</p> <p>Пти батман сюр ле ку-де-пье; с плие — релеве на всей ступне и на полупальцах.</p> <p>7. Томбе с полуповоротом сюр ле ку-де-пье.</p> <p>8. Рон де жамб ан лер ан деор и ан дедан, заканчивая на деми-плие.</p>	
32.			6.11 Акробатика.	Занятие – репетиция.	2 часа		<p>Упражнения для развития О.Ф.П.</p> <p>Отработка элемента: «мостик», ходьба на «мостике», «мостик с положения сидя».</p> <p>Основные приемы массажа.</p>	Маты, гимнастические коврики.
33.	18.11.24 - 24.11.24		4.3 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Экзерсис у станка</p> <p>9. Батман релеве лан и батман девелоппе во всех направлениях ан фас, в позах с подъемом на полупальцы на деми-плие.</p> <p>10. Релеве на полупальцы. Работающая нога поднята в любом направлении на 90°.</p> <p>11. Деми и гран рон де жамб девелоппе ан деор и ан дедан.</p> <p>12. Гран батман жете пассе пар терр с окончанием на носок, вперед — назад.</p> <p>13. Пор де бра.</p> <p>14. Третье пор де бра назад с растяжкой без перехода с опорной ноги и с переходом.</p> <p>15. Полный поворот на двух ногах в пятой позиции с переменной ног, начиная на вытянутых ногах, и с деми-плие.</p> <p>16. Сутеню ан турнан ан деор и ан дедан на 180° и 360°, начиная носком в пол и на 45°.</p> <p>17. Полуповороты на одной ноге ан деор и ан дедан с подменной ног.</p> <p>18. Тур (пируэт) с пятой позиции ан деор и ан дедан</p> <p>19. Поворот фуэте (поворот корпуса, нога остается на месте) ан деор, ан дедан на 90° и 180° носком в пол, на вытянутой ноге и на деми-плие.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

34.			4.4 Азбука классическог о танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Экзерсис у станка</p> <p>9. Батман релеве лан и батман девелоппе во всех направлениях ан фас, в позах с подъемом на полупальцы на деми-плие.</p> <p>10. Релеве на полупальцы. Работающая нога поднята в любом направлении на 90°.</p> <p>11. Деми и гран рон де жамб девелоппе ан деор и ан дедан.</p> <p>12. Гран батман жете пассе пар терр с окончанием на носок, вперед — назад.</p> <p>13. Пор де бра.</p> <p>14. Третье пор де бра назад с растяжкой без перехода с опорной ноги и с переходом.</p> <p>15. Полный поворот на двух ногах в пятой позиции с переменной ног, начиная на вытянутых ногах, и с деми-плие.</p> <p>16. Сутеню ан турнан ан деор и ан дедан на 180° и 360°, начиная носком в пол и на 45°.</p> <p>17. Полуповороты на одной ноге ан деор и ан дедан с подменной ног.</p> <p>18. Тур (пируэт) с пятой позиции ан деор и ан дедан</p> <p>19. Поворот фуэте (поворот корпуса, нога остается на месте) ан деор, ан дедан на 90° и 180° носком в пол, на вытянутой ноге и на деми-плие.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
35.			6.12 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Упражнения для развития О.Ф.П.</p> <p>Отработка элемента: «мостик», ходьба на «мостике», «мостик с положения сидя». Основные приемы массажа.</p>	Маты, гимнастические коврики.
36.	25.11.24 - 01.21.24		4.5 Азбука классическог о танца	Занятие – репетиция.	2 часа		<p>Экзерсис у станка.</p> <p>Экзерсис на середине зала.</p> <p>Гран плие с пор де бра (работают только руки без корпуса).</p> <p>Батман тандю ан турнан ан деор и ан дедан на 45° и 90°.</p> <p>Деми рон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на полупальцах и на деми-плие.</p> <p>Рон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на всей ступне.</p> <p>Батман фондю: на полупальцах ан фас и в позах; дубль на всей ступне ан фас, в конце года — на полупальцах.</p> <p>Батман сутеню на 90° ан фас на всей ступне.</p> <p>Батман фραπε:</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						на полупальцах; с релеве на полупальцы. батман дубль фραπε: Пти батман сюр ле ку-де-пье на полупальцах. Па купе на полупальцах. Томбе с продвижением. С окончанием в положении сюр ле ку-де-пье, носком в пол и на 45°. Рон де жамб ан лер ан деор и ан дедан на полупальцах.	
37.		4.6 Азбука классическог о танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Гран плие с пор де бра (работают только руки без корпуса). Батман тандю ан турнан ан деор и ан дедан на 45° и 90°. Деми рон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на полупальцах и на деми-плие. Рон де жамб на 45° ан деор и ан дедан на всей ступне. Батман фондю: на полупальцах ан фас и в позах; дубль на всей ступне ан фас, в конце года — на полупальцах. Батман сутеню на 90° ан фас на всей ступне. Батман фραπε: на полупальцах; с релеве на полупальцы. батман дубль фραπε: Пти батман сюр ле ку-де-пье на полупальцах. Па купе на полупальцах. Томбе с продвижением. С окончанием в положении сюр ле ку-де-пье, носком в пол и на 45°. Рон де жамб ан лер ан деор и ан дедан на полупальцах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
38.		6.13 Акробатика.	занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: колесо, волна. .Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
39.	02.12.24 - 08.12.24	4.7 Азбука классическог о танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Батман релеве лан ан фас, в позах с подъемом на полупальцы, кроме экарте и четвертого арабеска; четвертый арабеск на всей ступне. Батман девелоппе ан фас, в позах с подъемом на полупальцы, кроме экарте и четвертого арабеска; четвертый арабеск на всей ступне.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>Деми рон де жамб девелоппе ан деор и ан дедан, ан фас, переходя из одной позы в другую на всю ступню.</p> <p>Гран рон де жамб девелоппе ан деор и ан дедан, ан фас, переходя из одной позы в другую на всю ступню.</p> <p>Тан лие на 90°, переходя на всю ступню.</p> <p>Третье пор де бра — нога вытянута на носок вперед — назад на деми-плие.</p> <p>Па де бурре дессю-дессу ан фас и эпольман.</p> <p>Поворот на двух ногах в пятой позиции на полупальцах, начиная с вытянутой ноги и с деми-плие.</p> <p>Глиссад ан турнан аи деор и аи дедан на 180°</p> <p>Тур (пируэт) ан деор и ан дедан с пятой и четвертой позиций с окончанием в пятую и четвертую лозиции (один поворот).</p>	
40.		4.8 Азбука классического танца	занятие – репетиция.	2 часа	<p>Экзерсис у станка.</p> <p>Экзерсис на середине зала.</p> <p>Батман релеве лан ан фас, в позах с подъемом на полупальцы, кроме экарте и четвертого арабеска; четвертый арабеск на всей ступне.</p> <p>Батман девелоппе ан фас, в позах с подъемом на полупальцы, кроме экарте и четвертого арабеска; четвертый арабеск на всей ступне.</p> <p>Деми рон де жамб девелоппе ан деор и ан дедан, ан фас, переходя из одной позы в другую на всю ступню.</p> <p>Гран рон де жамб девелоппе ан деор и ан дедан, ан фас, переходя из одной позы в другую на всю ступню.</p> <p>Тан лие на 90°, переходя на всю ступню.</p> <p>Третье пор де бра — нога вытянута на носок вперед — назад на деми-плие.</p> <p>Па де бурре дессю-дессу ан фас и эпольман.</p> <p>Поворот на двух ногах в пятой позиции на полупальцах, начиная с вытянутой ноги и с деми-плие.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.	

							Глиссад ан турнан аи деор и аи дедан на 180° Тур (пируэт) ан деор и ан дедан с пятой и четвертой позиций с окончанием в пятую и четвертую лозиции (один поворот).	
41.			6.14 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: колесо, волна. .Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
42.	09.12.24 - 15.12.24		4.9 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Ал л е г р о Соте в пятой позиции с продвижением вперед — в сторону — назад. Шанжман де пье с продвижением вперед — в сторону — назад. Па эшаппе во второй и четвертой позициях, ан турнан на 90° и 180°. Ассамбле с продвижением ан фас и в позах. Па де ша (с броском ног назад). Тан леве (нога в положении сюр ле ку-де-пье). Сиссонн увер на 45° во всех направлениях и в маленьких позах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
43.			4.10 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Основы узбекского танца Руки – одно из основных выразительных средств узбекского танца. Они импровизируются и варьируются самим исполнителем..	Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Аллегро. Узбекский танец: Наиболее характерны для женского узбекского танца плавные переходы рук из одного положения в другое, сопровождающиеся мягким узорчатым вращением кистей. С ними чередуются мягкие, волнообразные движения рук от локтя то вверх, то вниз, круговые движения одной и двумя руками. В танце отображается труд или быт узбекской женщины. Движениями рук, исполнительница в танцевальной форме передает то сбор хлопка или размотку шелковых коконов, то шитье или вышивание, то умывание и расчесывание волос. В мужских танцах руки более прямые, вытянуты в локтях, кисти отогнуты, направлены ладонями от себя пальцами вверх. Переходы от одного положения в другое делаются более резко.	

							И в мужском и в женском танце зачастую применяются хлопки и прищелкивания.	
44.			6.15 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: колесо, волна. .Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
45.	16.12.24 - 22.12.24		4.11 Азбука классического танца	Контроль умения применять знания и полученные навыки на практике.	2 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Аллегро. Узбекский танец.	
46.			4.12 Азбука классического танца		2 часа	Знакомство с содержательностью, сюжетностью и эмоциональной выразительностью русского танца. Виды русского народного танца – хоровод, пляска, кадрили. их характеристика. Обогащение и развитие лексики. Воздействие костюма на художественный образ русского танца.	Экзерсис у станка. Аллегро. Русский народный танец: Изучение позиций ног: <ul style="list-style-type: none"> • Пять открытых (1, 2, 3, 4, 5 позиция) народно-сценического танца, аналогичны пяти позициям классического танца. • Четыре прямых позиции: I прямая – обе ноги поставлены рядом, соприкасаются внутренними сторонами стоп (в народно-сценическом танце ее принято называть 6 позицией); II прямая – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга; III прямая – обе ноги поставлены рядом, соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги – у середины стопы другой; IV прямая – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы. • 1, 2, 3 свободные позиции – во всех свободных позициях стопы расположены в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями; • Две закрытых: I закрытая – обе ноги, повернутые внутрь, поставлены носками вместе, пятки разведены в стороны друг от друга; II закрытая – обе ноги повернутые внутрь носками, 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							поставлены между собой на расстоянии стопы, пятки разведены в стороны друг от друга.	
47.			6.16 Акробатика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция..	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: колесо, волна. .Основные приемы массажа.	Маты, гимнастические коврики.
48.	23.12.24 - 29.12.24		4.13 Азбука классического танца	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	При выполнении экзерсиса добавляются «буквы» Характерного станка. Особенности русского народного хоровода. История.	Экзерсис у станка. Аллегро. Изучение Позичий ног русского народного танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
49.			4.14 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Обращаем внимание на постановку корпуса и плеч. Акцентируем внимание на повороте головы и взгляде. Работаем над выразительностью. Особенности русского народного танца – «Пляска»	Экзерсис у станка. Аллегро. Русский народный танец: Изучение позиций рук: 1. позиция рук аналогична позициям рук классического танца, с учетом отличительных особенностей русского народно-сценического танца; 2. положение рук: 3. простое – руки расположены симметрично; 4. сложное – расположение одной и другой руки различно; 5. комбинированное – одна рука находится в одной из основных позиций, другая – в другой позиции; 6. подготовка к началу упражнения: • движение руки; • движение руки в координации с движением ноги.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
50.			4.15 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Все движения разучиваются сначала, в медленном темпе затем выполняются под музыку. Особенности Русского народного танца «Кадриль».	Изучение основных элементов и движений Русского народного танца: 1. Шаги: • простой шаг; • переменный шаг; • переменный шаг с притопом; • переменный шаг с каблука;	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<ul style="list-style-type: none"> • девичий с переступанием – два небольших шага с последующим мягкой приставкой в 1 прямую позицию на всю стопу в полуприседание. 2. Поклоны. 3. Притопы – двойные, тройные. 4. Дроби: <ul style="list-style-type: none"> • «дробная дорожка» – мелкая непрерывная дробь с каблука; • дробь с подскоком; • тройные поочередные выстукивания всей стопой; 5. «Грошка». 6. «Припадания». 7. «Ковырялочка»: <ul style="list-style-type: none"> • без подскоков; • с подскоками. 8. «Веревочка»: <ul style="list-style-type: none"> • простая; • двойная; • простая и двойная с переступанием. 9. «Моталочка»: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцах; • на всей стопе. 10. «Молоточки». 11. «Хлопушки» – одинарные, двойные, тройные хлопки и удары, фиксируемые и скользящие (мужской класс): <ul style="list-style-type: none"> • в ладоши; • по бедру; • по голенищу; • по подошве. 12. «Ключ»: дробный простой; 13. Присядки (мужской класс): <ul style="list-style-type: none"> • «гусиный шаг»; • «мяч». • Прыжки с обеих ног. 	
51.	30.12.24 – 31.12.24	4.16 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Абсолютно все движения выполняются в ритм и обязательно соответствуют определенному характеру музыкального сопровождения.	Экзерсис у станка. Аллегро. Русский народный танец: Основные позиции ног, основные позиции рук, Движения и ходы русского народного танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

52.			1.2 Контрольное занятие.	Занятие по контролю знаний и умений обучающихся	2 часа	Контроль знаний и умений обучающихся.	<ul style="list-style-type: none"> • Экзерсис у станка • Аллегро • Основы узбекского танца • Основные ходы и движения Русского народного танца. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
53.	13.01.25 – 19.01.25		4.17 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Разнообразие и своеобразие испанских народных танцев. Виды танцев: парные, круговые – хороводные, сольные, смешанные.	<p><i>Испанский сценический танец.</i></p> <p>Изучение основных элементов и движений:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ход – удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед. 2. Сапатеадо – поочередное выстукивание полупальцами, каблуками и всей стопой по 6 позиции. 3. Движения рук с одновременными перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой вытянутой назад или вперед. 4. Шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 3 позиции сзади или спереди. 5. Шаг в сторону в полуприседании со скользящим подведением и подъемом на полупальцы в 5 позицию другой ноги вперед с последующим переходом на нее в полуприседание, в координации с движением руки и наклонами корпуса. 6. Движение басков: шаг вперед в полуприседание с одновременным выведением другой вытянутой ноги на носок вперед, с последующим шагом на нее и подведением другой ноги сзади в 5 свободную позицию на полупальцы, с полуповоротами корпуса, в координации с движениями рук. 7. Опускание на колено с шага на расстояние от опорной ноги с перегибанием корпуса. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.			4.18 Азбука классического танца	Занятие репетиция.	2 часа	Искусство фламенко, его стиль. Основа искусства фламенко – интуиция и темперамент.	<i>Испанский сценический танец. Основные элементы и движения:</i>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.			6.17 Акробатика.	Занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: переворот вперед. Основные приемы самомассажа:	Маты, гимнастические коврики.

							<ul style="list-style-type: none"> • Массаж кистей. • Массаж стоп. • Массаж икр ног. • Массаж шеи. 	
56.	20.01.25 - 26.01.25		4.19 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Воспитание осанки, внутреннего ритма танца.	Испанский сценический танец. Основные элементы и движения:	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
57.			4.20 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Значение «сапатеадо». Движения рук, вращение корпуса в исполнении фламенко.	Испанский сценический танец. Основные элементы и движения:	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
58.			6.18 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: переворот вперёд. Основные приемы самомассажа.	Маты, гимнастические коврики.
59.	27.01.25 – 02.02.25		4.21 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Виды испанского танца: Фанданго, болеро, фламенко. Их особенности и характер.	Испанский классический танец. 1. Изучение положений кисти: <ul style="list-style-type: none"> • кисть согнута в запястье, большой и средний пальцы собраны (условно держат кастаньеты); • кисть согнута в запястье, ладонь повернута внутрь или наружу, пальцы вытянуты и открыты. 2. Изучение движения рук: переводы рук из позиции в позицию, с последующим поворотом кисти в запястье внутрь и наружу с движением пальцев. Изучение основных элементов и движений: 1. Ходы: <ul style="list-style-type: none"> • шаги на полупальцах с поочередным сгибанием ног вперед в прямом положении (с продвижением вперед, назад, с поворотом); • удлиненные шаги с носка в полуприседании (с продвижением вперед, назад). 2. Скользящее движение: <ul style="list-style-type: none"> • в сторону с наклоном корпуса с последующей приставкой в позиции, вытягивая колени; • окончание с ударом подушечкой стопы в позиции. 3. Круговые движения ногой от колена с	Звуковоспроизводя щая аппаратура.

							<p>одновременным полуповоротом корпуса.</p> <p>4. Поочередные мазки по полу каблуком и полупальцами от себя к себе по 3, 4 и 5 позициями.</p> <p>5. Поочередные переступания по 3 позиции на полупальцах в полуприседание с продвижением в сторону.</p> <p>6. Выстукивания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • одинарные; • двойные поочередные удары полупальцами и каблуком; • тройные (триоль) удары каблуками. <p>7. Повороты резкие и плавные на обеих ногах по 4 позиции на полупальцах.</p>	
60.		4.22 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Главные составляющие испанского танца: гордая постановка корпуса, напоминающая матадора, гибкие и выразительные изгибы рук танцовщиц и сапатеадо (дробный стук <i>каблуков танцующих</i>).	Испанский классический танец. Основные элементы и движения.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
61.		6.19 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: переворот вперед. Основные приемы самомассажа.	Маты, гимнастические коврики.	
62.	03.02.25 - 09.02.25	4.23 Азбука классического танца	Занятие – репетиция.	2 часа		Испанский классический танец. Основные элементы и движения.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
63.		4.24 Азбука классического танца	Занятие – репетиция.	2 часа		Испанский классический танец. Основные элементы и движения.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
64.		6.20 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: переворот назад. Основные приемы самомассажа.	Маты, гимнастические коврики.	
65.	10.02.25 - 16.02.25	3.9 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;.	2 часа	Упражнения на развитие гибкости. В партерном экзерсисе упражнения на развитие гибкости следует начинать тогда, когда мышцы становятся более эластичными.	«Достать до солнышка». Упражнения для укрепления мышц спины. Исходное положение: сидя на полу, спина прямая, подтянутая, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол. Музыкальный размер 2/4. 1-2-й такты – руки ставим на пояс, корпус вытягивается, «тянемся макушкой до солнышка». 3-4-й такты – корпус	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.	

					<p>Следить за выворотностью ног.</p> <p>расслабляется, исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p>«Складочка». Упражнение для мышц спины и брюшно- го пресса. Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: сидя на полу, спи- на прямая, подтянутая, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол. 1-2-й такты – руки через стороны медленно поднимаются в третью позицию; 23 3-4-й такты – «Складочка» к ногам (спина подтянута, ноги вытянуты). 5-6-й такты – сохраняя третью позицию, поднимаем корпус вверх, удерживая подтянутой поясницу; 7-8-й такты – плавным движением опускаем через стороны руки в исходное положение. Упражнение выполняется 4 раза.</p> <p>«Лягушка». Упражнение на развитие выворотности и эластичности ног. Музыкальный размер 3/4. Исходное положение – сидя на полу. При исполнении под музыку этого элемента педагог следит за выворотностью ног и подтянутостью корпуса (медленно и спокойно колени ребенка достают до пола). Упражнение «лягушка» может так же выполняться лежа на спине или лежа на животе. Упражнение можно усложнить. Исходное положение: сидя на полу, ноги выворотны – «лягушка», корпус под- тянут, руки опущены на пол. 1-2-й такты – руки поднимаются через стороны в третью позицию; 3-4-й такты – опускаем корпус вниз, «складочка» (ноги выворотны, спина подтянута, руки сохраняют третью позицию); 5-6-й такты – сохраняя третью позицию рук, поднимаем корпус вверх; 7-8-й такты – руки возвращаются в исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p>«Растем-растем!». Упражнение на напряжение и расслабление всех мышц (лежа на спине). Музыкальный размер 4/4. Исходное положение: лежа, корпус вытянут, руки в стороны ладонями вниз. 1-й такт – корпус, шею, колени, стопы вытянуть (следить, чтобы поясница прилегала плотно к полу); 2-й такт – расслабить все мышцы.</p> <p>«Черепашки». Упражнение на развитие</p>
--	--	--	--	--	---

						<p>гибкости позвоночника. Исходное положение: лежа на животе, руки в упор (кисти возле плеч, локти опущены вниз). Музыкальный размер 3/4. 1-2-й такты – отталкиваясь руками от пола, поднимаем корпус вверх, голова прямо; 3-4-й такты – возвращаемся в исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза. Усложнение упражнения (руки вытягиваются в локтях, мягко и плавно вытягиваем шею и тянемся макушкой назад). Развиваем гибкость позвоночника.</p> <p>«Коробочка». Музыкальный размер 3/4. Исходное положение: лежа на животе, руки в упор (кисти возле плеч, локти опущены вниз). 1-2-й такты – отталкиваясь руками от пола, мягко и плавно вытягиваем шею и тянемся макушкой назад. Ноги согнуть в коленях; 3-4-й такты – возвращаемся в исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p>«Корзиночка» Музыкальный размер 3/4. Исходное положение: лежа на животе, ноги в натянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком. 1-2-й такты – кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягиваются вверх; 3-4-й такты – исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p>«Уголок» лежа на спине. Упражнение для силы мышц спины и брюшного пресса. Музыкальный размер 2/4, 3/4. Исходное положение: лежа на спине, руки направлены в стороны ладонями вниз. Удерживая корпус, плотно прижатым к полу, поднимаем ноги, вытянутые в стопе и коленях на 45°. На первоначальном этапе педагог может подходить к ребенку и помогать удерживать корпус на полу.</p> <p>«Уголок» лежа на животе. Исходное положение: лежа на животе, руки в 3-й позиции, можно руки положить на затылок (локти в стороны). Удерживая ноги, плотно прижатыми к полу, поднимаем корпус. На первоначальном этапе педагог может помогать детям удерживать ноги на полу. Упражнение выполняется 4 раза.</p> <p>«Качалочка». Исходное положение: лежа на</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>животе, руки в 3-й позиции. Музыкальный размер 2/4, 3/4. Поочередно вверх поднимаются руки, сохраняя 3-ю позицию, а затем ноги (стопы вместе). Следить, чтоб учащиеся не помогли отталкиваться от пола руками или ногами.</p> <p>«Уголок». Упражнение для силы спины и мышц брюшного пресса. Исходное положение: сидя на полу, спина подтянута, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол. Музыкальный размер 2/4. 1-й такт – ноги сгибаются в коленях, стопы вытянуты; 2-й такт – ноги вытягиваются вверх на 45°, далее на 90° (уголок); 3-й такт – ноги сгибаются в коленях, стопы вытянуты; 4-й такт – исходное положение (обратить внимание на подтянутое положение корпуса). Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p>«Березка». Исходное положение: сидя на полу, спина подтянута, руки опущены на пол. Музыкальный размер 2/4, 3/4. 1-4-й такты – тяжесть корпуса переносится на спину, ноги сгибаются в коленях и резко вытягиваются вверх, руки поддерживают поясницу, фиксируем вытянутое положение ног «в воздухе»; 5-6-й такты – ноги сгибаются в коленях; 7-8-й такты – аккуратно возвращаемся в исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.</p> <p>«Тянем-потянем». Упражнение на развитие выворотности и танцевального шага. Музыкальный размер 3/4. Исходное положение: лежа на спине, руки направлены в стороны ладонями вниз, колени и стопы вытянуты. 1-2-й такты – работающая нога медленно поднимается на 90°; 3-4-й такты – нога, дотянутая в колене и стопе, фиксируется «в воздухе» в выворотном положении; 5-6-й такты – нога медленно опускается; 7-8-й такты – исходное положение (следить за вытянутостью всего корпуса). Упражнение выполняется 4 раза поочередно каждой ногой.</p>	
66.		3.10 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа		<p>Упражнения на развитие гибкости тела и силы мышц ног. : «Тянем-потянем», «Березка», «Уголок», «Качалочка», «Уголок» лежа на животе, «Уголок» лежа на спине», «Корзиночка»,</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для

				занятие – репетиция.			«Коробочка», «Черепашки», «Растем-растем!», «Лягушка», «Складочка», «Достать до солнышка».	ног.
67.			6.21 Акробатика.	занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития О.Ф.П. Отработка элемента: переворот назад. Основные приемы самомассажа.	Маты, гимнастические коврики.
68.	17.02.25 – 23.02.25		3.11 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения на развитие гибкости тела и силы мышц ног. : «Тянем-потянем», «Березка», «Уголок», «Качалочка», «Уголок» лежа на животе, «Уголок» лежа на спине», «Корзиночка», «Коробочка», «Черепашки», «Растем-растем!», «Лягушка», «Складочка», «Достать до солнышка».	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
69.			3.12 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения на развитие гибкости тела и силы мышц ног. : «Тянем-потянем», «Березка», «Уголок», «Качалочка», «Уголок» лежа на животе, «Уголок» лежа на спине», «Корзиночка», «Коробочка», «Черепашки», «Растем-растем!», «Лягушка», «Складочка», «Достать до солнышка».	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
70.			5.1 Танцевальные этюды	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Задача: согласовать речь с движением и музыкой, научить ориентироваться в пространстве и освоить основные танцевальные элементы. В основе этюда лежат классические па.	Рас полки (на полупальцах). «Ромашковые поля»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
71.	24.02.25 – 02.03.25		3.13 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Броски делаются легкие, свободные, сильно вытянутой ногой, развернутой и подтянутой в тазобедренном суставе. Неправильное исполнение больших battements чаще всего является результатом преждевременного стремления бросить ногу выше 90°. Пока движение изучается, высота броска более 90° недопустима, даже в тех случаях, когда это позволяют природные данные.	Упражнения на развитие выворотности и силы мышц ног. Бросок ноги на 90°. Упражнение на укрепление мышц бедра. Исходное положение: лежа на спине, руки направлены в стороны ладонями вниз, колени и стопы вытянуты. Музыкальный размер 2/4. 1-й такт – работающая нога, дотянутая в колене и стопе, энергично выбрасывается на высоту 90°; 2-й такт – нога медленно опускается в исходное положение. Упражнение выполняется 4 раза правой ногой, 4 раза левой ногой. Растяжка. Шпагат является упражнением на растяжку. Шпагат – положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов. Поперечный шпагат – разведение ног в стороны, продольный шпагат – одна нога вытянута вперед, а	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.

							другая – назад. Поперечный шпагат может быть как на правую, так и на левую. Продолжительность одного повторения для детей – 10-20 секунд. Движения выполняются в медленном темпе; – постепенно увеличивается их амплитуда.	
72.		3.14 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа	Прежде, чем приступать непосредственно к растяжке, необходимо разогреть все мышцы. По этой причине, как правило, упражнения для растяжки мышц ног следует выполнять только после завершения основного комплекса упражнений. Основные правила применения упражнений в растягивании: – не допускаются болевые ощущения		Упражнения на развитие выворотности и силы мышц ног. Бросок ноги на 90°. Упражнение на укрепление мышц бедра. Исходное положение: лежа на спине, руки направлены в стороны ладонями вниз, колени и стопы вытянуты. Музыкальный размер 2/4. 1-й такт – работающая нога, дотянутая в колене и стопе, энергично выбрасывается на высоту 90°; 2-й такт – нога медленно опускается в исходное положение. Упражнение выполняется 4 раза правой ногой, 4 раза левой ногой. Растяжка. Шпагат является упражнением на растяжку. Шпагат – положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов. Поперечный шпагат – разведение ног в стороны, продольный шпагат – одна нога вытянута вперед, а другая – назад. Поперечный шпагат может быть как на правую, так и на левую. Продолжительность одного повторения для детей – 10-20 секунд. Движения выполняются в медленном темпе; – постепенно увеличивается их амплитуда.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
73.		5.2 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа			Рас полки (на полупальцах). «Ромашковые поля»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
74.	03.03.25 – 09.03.25	3.15 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа			Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку. Работа с утяжелением. Упражнения на развитие силы мышц ног и выворотности суставов. Работа с утяжелением. Работа в парах	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
75.		3.16 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа			Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку. Работа с утяжелением. Упражнения на развитие силы мышц ног и выворотности суставов. Работа с утяжелением. Работа в парах.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.

76.			5.3 Танцевальные этюды	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Работа над эмоциональностью в танце и выразительностью. Обращаем внимание на технику исполнения этюда.	Вариации (на полупальцах).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
77.	10.03.25 – 16.03.25		3.17 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку. Работа с утяжелением. Упражнения на развитие силы мышц ног и выворотности суставов. Работа с утяжелением. Работа в парах	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
78.			3.18 Партерная хореография	Занятие – репетиция.	2 часа		Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку. Работа с утяжелением. Упражнения на развитие силы мышц ног и выворотности суставов. Работа с утяжелением. Работа в парах	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
79.			3.19 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Классический экзерсис, лежа на спине. Классический экзерсис, лежа на животе. Упражнения на растяжку. Работа с утяжелением. Упражнения на развитие силы мышц ног и выворотности суставов. Работа с утяжелением. Работа в парах.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Гимнастический коврик. Утяжелители для ног.
80.	17.03.25 – 23.03.25		8.1 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	занятие – репетиция.	2 часа	Требование: Надо смотреть и видеть, слушать и слышать, а не делать вид, что смотришь и слушаешь.	Упражнения, игры на развитие наблюдательности и внутренней собранности, умение сосредоточить внимание на конкретном объекте (внешнем и внутреннем) - необходимые условия подлинности сценического действия.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
81.			8.2 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Особенности сценического воображения. Развитие умения относиться к «неправде» (художественному вымыслу), как если бы она была правдой.	Простейшие упражнения и игры, помогающие сосредоточить и организовать активное, заинтересованное отношение к объектам внимания.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
82.			5.4 Танцевальные этюды	занятие – репетиция.	2 часа		Вариации на полупальцах	Звуковоспроизводящая аппаратура.
83.	24.03.25 – 30.03.25		8.3 Особенности сценической культуры.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Требование: В условиях вымысла ученик должен действовать так, как если бы он действовал в	Упражнения на практическое знакомство с действием в условиях вымысла, т.е. в предлагаемых обстоятельствах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			Актерское мастерство.			подобных условиях в жизни.		
84.			8.4 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Требование: В условиях вымысла ученик должен действовать так, как если бы он действовал в подобных условиях в жизни.	Упражнения на практическое знакомство с действием в условиях вымысла, т.е. в предлагаемых обстоятельствах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
85.			5.5 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Этюд исполняется на основе лексики испанского танца. Задача эмоционально окрасить свое исполнение .	Этюд «Испанка».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
86.	31.03.25 – 06.04.25		8.5 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Требование: Надо смотреть и видеть, слушать и слышать, а не делать вид, что смотришь и слушаешь.	Упражнения, игры на развитие наблюдательности и внутренней собранности, умение сосредоточить внимание на конкретном объекте (внешнем и внутреннем) - необходимые условия подлинности сценического действия.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
87.			8.6 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Контроль умения применять знания и полученные навыки на практике.	2 часа	Особенности сценического воображения. Развитие умения относиться к «неправде» (художественному вымыслу), как если бы она была правдой.	Простейшие упражнения и игры, помогающие сосредоточить и организовать активное, заинтересованное отношение к объектам внимания.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
88.			5.6 Танцевальные этюды		2 часа		Этюд «Испанка».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
89.	07.04.25 – 13.04.25		8.7 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция..	2 часа	Требование: В условиях вымысла ученик должен действовать так, как если бы он действовал в подобных условиях в жизни.	Упражнения на практическое знакомство с действием в условиях вымысла, т.е. в предлагаемых обстоятельствах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
90.			8.8 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Требование: В условиях вымысла ученик должен действовать так, как если бы он действовал в подобных условиях в жизни.	Упражнения на практическое знакомство с действием в условиях вымысла, т.е. в предлагаемых обстоятельствах.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
91.			8.9	Занятие	2	Требование: Надо смотреть и	Упражнения, игры на развитие	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	повторение; занятие – репетиция.	часа	видеть, слушать и слышать, а не делать вид, что смотришь и слушаешь.	наблюдательности и внутренней собранности, умение сосредоточить внимание на конкретном объекте (внешнем и внутреннем) - необходимые условия подлинности сценического действия.	щая аппаратура.
92.	14.04.25 – 20.04.25		7.1 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Разбор нового музыкального материала, выделение эмоциональных всплесков и иных оттенков в музыке. Обсуждение образов, которые возникают при прослушивании музыки.	Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
93.			7.2 Постановки и репетиции.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
94.			5.7 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	На основе лексики Русского народного танца (пляска)	Этюд в Русском народном стиле. «Посиделки»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
95.	21.04.25 – 27.04.25		7.3 Постановки и репетиции.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
96.			7.4 Постановки и репетиции.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
97.			5.8 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Этюд на основе лексики русского народного танца «Хоровод»	Этюд в Русском народном стиле. «Веретено»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
98.	28.04.25 – 04.05.25		7.5 Постановки и репетиции.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
99.			7.6 Постановки и репетиции.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
100			5.9 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Этюд на основе лексики русского народного танца «Кадриль»	Этюд в Русском народном стиле. Парный «Кадриль»	Звуковоспроизводящая аппаратура.

101	05.05.25 – 11.05.25		5.10 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Этюд на основе лексики ферганского танца	Этюд «Собираем хлопок».	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
102			5.11 Танцевальные этюды	занятие – репетиция.	2 часа		Этюд «Собираем хлопок».	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
103			7.7 Постановки и репетиции.	занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
104	12.05.25 – 18.05.25		7.8 Постановки и репетиции.	занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
105			7.9 Постановки и репетиции.	Занятие применения знаний, умений, навыков;	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
106			7.10 Постановки и репетиции	занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
107	19.05.25 – 25.05.25		7.11 Постановки и репетиции.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций для постановки сценического номера	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
108			1.3 Контрольное занятие	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Контроль знаний и навыков обучающихся	Отчетный концерт.	Звуковоспроизводя щая аппаратура.
Всего: 216 часов								

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В. Андреев

«30» августа 2024 г.

Приказ № 175

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»,
авторы Мигачева С.К., Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная

Год обучения – 6 год

Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:

Васильева Елена Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа разработанная на основе авторской дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» художественной направленности, продвинутого уровня.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Так, являясь составной частью общего художественно-эстетического воспитания, занятия хореографией способствуют не только музыкально-эстетическому, но и общему развитию детей, влияют на развитие интеллекта, физических данных, помогают становлению детей в сферах коммуникации и социализации. Поэтому обучение детей хореографии это не только передача учащемуся определенных танцевальных навыков, но и воспитание характера, личности, их духовное развитие.

Методологическую и теоретическую основу авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» составили: методика и технологии обучения и воспитания профессионального танцора (А.Я. Ваганова, Н.И. Тарасов, Н. Базарова, В. Мей, С.Н. Головкина, Т. Устинова, Г. Богданов, А.А. Борзов). Общеобразовательная общеразвивающая программа является долговременной и разработана в соответствии с нормативными правовыми документами:

1. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 Г. N 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Инструктивно - методическое письмо «О развитии воспитательного компонента в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в 2014-2015 учебном году» (ОГАОУ ДПО БелИРО).

5. Инструктивно - методическое письмо «Об основных направлениях воспитания и дополнительного образования в образовательных организациях области в рамках реализации ФГОС на 2015-2016 учебный год» .

6. Устав МБУДО БДТ.

7. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).

8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

9. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Нормативно-правовой аспект (из письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844).

Танцы развивают естественную грацию, музыкальность, ритмичность, выразительность и артистичность. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Цель программы: *формирование творческой личности, способной к социальному, культурному и профессиональному самоопределению средствами хореографического искусства.*

Задачи 6 года обучения

Обучающие:

- формировать знания об основах актерского мастерства;
- способствовать формированию знаний о сценическом макияже;
- формировать понятие о принципах постановочной и импровизационной работы;
- способствовать формированию навыков работы в направлении хип-хоп;
- формировать понятие - adagio;
- формировать навык последовательности исполнения классического, народно-сценического тренажа у станка и на середине.

Развивающие:

- развивать умение концентрировать свое внимание на изучаемом материале;
- способствовать развитию умения грамотно использовать полученные знания и технически верно выполнять их на практике;
- развивать умения передавать характер танцевального образа, пластику, чувство позы, манеру исполнения, грацию;
- развивать умение творчески самовыражаться.

Воспитательные:

- воспитывать эстетическое восприятие явлений окружающего мира;
- воспитывать потребность качественного исполнения движений;
- воспитывать осознанное отношение к исполнению танцевальной лексики и репертуар;

- воспитывать творческую самостоятельность;
- воспитывать любовь к хореографическому искусству.

Отличительные особенности данной общеобразовательной общеразвивающей программы от уже существующих в этой области заключаются в том, что программа рассчитана на 10 лет обучения и предполагает проведение занятий с детьми в возрасте от 6 до 18 лет. Содержание программы распределено таким образом, что с первого по пятый год обучения в каждом учебном году учащиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений и навыков. С 5 по 10 годы обучения учащиеся совершенствуют свою технику и развивают танцевальное мастерство. На каждом году обучения решаются определенные задачи для достижения основных цели и задач. Содержание программы выстроено таким образом, что в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки, полученные на предыдущем году обучения, и добавляется новый материал. Программа направлена не только на постижение искусства танца, овладение его выразительными средствами, но и на воспитание ребенка, раскрепощение и раскрытие индивидуальности, общефизическое, музыкально-ритмическое, эмоциональное развитие, формирование художественно-эстетического вкуса и эстетического отношения к действительности.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. В содержание программы включены разделы «Ритмика и музыкальная грамота», «Партерная хореография», «Азбука классического танца и свободная пластика», «Танцевальные этюды», «Элементы акробатики», «Постановки, репетиции, концертная деятельность», «Особенности сценической культуры, актерское мастерство».

В раздел «Азбука классического танца и свободная пластика» включены упражнения, которые являются основой хореографической подготовки учащихся. Эти упражнения последовательны, имеют определённую форму, тренируют мышцы детей, придавая им лёгкость, непринуждённость движений.

В раздел «Элементы акробатики» входят акробатические упражнения, которые являются эффективным средством разностороннего воздействия на учащихся. В процессе занятий акробатикой укрепляется здоровье, развиваются координация движений, мышечная сила, быстрота двигательных действий, гибкость, выносливость к мышечной работе, устойчивость функций вестибулярного анализатора к воздействию ускорений, память на движения, эмоциональная устойчивость, решительность и смелость, воспитываются личностные свойства: сознательное и активное отношение к занятиям, чувство товарищества, коллективизма, уверенность в своих силах.

Возраст учащихся: 6 - 18 лет

Срок реализации программы: 10 лет

Формы и режим занятий:

- группа мастерства (6-й год обучения) – 3 раза в неделю по 3 часа (324 часа в год).

Продолжительность одного учебного часа – 45 минут, с 10-минутным перерывом между часами.

Первый год обучения является подготовительным, что дает возможность правильно подойти к распределению детей по группам для дальнейшего

обучения, выявить их танцевальные способности. Количество учащихся в группе – от 12 до 25. В коллектив принимаются все желающие, независимо от уровня подготовки на основании заключения врача детской поликлиники.

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей. Психология и физиология 6-летнего ребенка отличается от возможностей 7-8-летнего школьника, также различаются физические способности детей, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки. Поэтому программой предусмотрены следующие **формы занятий**: занятия в группах, подгруппах и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Структура занятия хореографией является классической, включает в себя подготовительную, основную, заключительную части.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В ходе реализации программы используются следующие **виды контроля знаний учащихся**:

- вводный контроль (проводится, при поступлении ребенка в коллектив). Он позволяет определить уровень развития каждого ребенка, выявить его возможности и способности. Одновременно проводится анкетирование родителей с целью выявления особенностей и склонностей детей, их интересов;
- предварительный контроль проводится в начале каждого учебного года, кроме 1 года обучения;
- текущий контроль (осуществляется для выявления, на каком уровне освоения программы находится учащийся). Проводится в виде контрольного занятия, направленного на проверку изученных знаний, умений и навыков по разделам общеобразовательной общеразвивающей программы, темам:
 - усвоение теоретического материала;
 - техника исполнения танцевальных элементов;
- промежуточный контроль проводится в конце 1 и 2 полугодий с целью проверки уровня освоения программного материала;
- итоговый контроль – проводится по завершению учебы по общеобразовательной общеразвивающей программе. Формы проведения итоговой аттестации: практические умения и навыки учащиеся демонстрируют на творческом отчете (отчетном концерте ансамбля).

Все критерии освоения общеобразовательной программы оцениваются по 5-ти бальной системе (уровни: высокий, средний, низкий).

- Высокий уровень- 4-5 баллов
- Средний уровень-2-3балла
- Низкий уровень- 0-1

Эффективным результатом освоения программы является активное участие каждого учащегося в концертных номерах коллектива, выставляемых на городском, областном, региональном, всероссийском и международном уровне. Однако для педагога ансамбля самое главное состоит в том, что по окончании прохождения программы из коллектива выходят творческие личности, влюбленные в танцевальное искусство и преданные своему ансамблю. Личность, которая в любой профессиональной области может ощущать вдохновение, рождать идею, замысел и реализовывать его, то есть творчески относиться к своему делу и достигать высоких результатов.

Методы контроля: наблюдение, опрос, творческое задание, показ танцевальной композиции, участие учащихся в концертной программе.

Формы проведения контроля: практическое занятие, контрольное занятие, конкурс, концертное выступление, творческий отчет, опрос, анкетирование, самостоятельная творческая работа, презентация творческих работ.

Ожидаемые результаты VI^{ого} года обучения учащихся будут знать:

- теоретические основы актерского мастерства;
- принцип постановочной работы;
- принципы импровизационной работы;
- основные элементы хип-хоп направления;
- технику самостоятельной работы.

уметь:

- выполнять усложненные движения и комбинации у станка в ускоренном темпе;
- исполнять усложненные программные прыжковые комбинации;
- выполнять пируэты и повороты на месте и в движении;
- грамотно исполнять хип-хоп элементы под определенную музыку;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.

Формы подведения итогов.

Важнейшим элементом процесса обучения является контроль успеваемости учащегося, который должен быть систематическим, результаты аргументированными. Исходя из этого, используются разные виды контроля:

- ***контроль педагога*** – по форме может быть фронтальным, групповым, парным, индивидуальным;
- ***взаимоконтроль учащихся*** – применяется при проведении практических, творческих и итоговых занятий;
- ***самоконтроль*** – применяется регулярно на учебных занятиях и в творческой деятельности. От осознания учащимся своих способностей зависит и его самоконтроль (самооценка), на основании которого возможен прогноз достижения высоких результатов.

Педагог детского объединения определяет не только конечную цель, но и отслеживает промежуточные результаты, благодаря которым он своевременно выявляет и предупреждает возможные отклонения от прогнозируемого результата.

Система отслеживания результатов образовательной деятельности включает в себя:

- ***вводный контроль*** – это предварительное выявление уровня подготовленности к выбранному виду деятельности. Вводный контроль проводится в начале учебного года при наборе в детское объединение согласно разработанным диагностическим материалам (Приложение);
- ***текущий контроль*** осуществляется педагогом на каждом занятии, результаты оцениваются педагогом при помощи вербального метода;

- **предварительный контроль** проводится в начале учебного года, начиная со 2 года обучения, с целью проверки качества сохранности знаний, умений, навыков, полученных на предыдущем году обучения (Приложение).

В систему отслеживания результатов в обязательном порядке входит аттестация учащихся:

– **промежуточная аттестация** осуществляется в процессе усвоения учебного материала за полугодие, по завершении основных разделов учебно-тематического плана. Промежуточная аттестация проводится два раза в год: декабрь и май согласно диагностическим материалам (Приложение);

Промежуточная аттестация может проводиться в форме открытого занятия, контрольного занятия, итогового занятия, зачета, конкурса, фестиваля, концертного выступления и оценивается по трем уровням: высокий, средний, низкий;

– **итоговая аттестация** осуществляется в конце последнего года обучения для проверки знаний, умений и навыков. В соответствии с результатами итогового контроля определяется, насколько достигнуты результаты программы каждым учащимся, полнота выполнения программы: высокий, средний, низкий уровень. Формы итогового контроля могут варьироваться и включать в себя открытое занятие, контрольное занятие, итоговое занятие, зачет, творческий отчет, отчетный концерт и т.д.

Качество знаний определяется сформированными у учащихся *знаниями, умениями и навыками*. Качество знаний (конструктивный, репродуктивный, творческий уровень) отражается в карте сформированности качеств знаний учащихся. (Приложение)

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец»
6 год обучения
2024 – 2025 учебный год**

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	01.09.24 – 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Знакомство с целями и задачами образовательной программы на учебный год, с содержанием занятий и перспективами на будущее. Упражнения на развитие ОФП Инструктаж по технике безопасности.	Экзерсис у станка	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			6.1 Акробатика.	Занятие повторение	3 часа	Техника безопасности на уроках акробатики.	Разминка: бег, прыжки, Круговая тренировка. Выполнение упражнений: мост, шпагат, стойка на локтях с опорой на стену. Стойка на руках с опорой на стену. Колеса, перевороты, рондад.	Маты.
3.			3.1 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	При выполнении упражнений сидя и лежа следим за положением поясницы, лопаток и шеи.	Гимнастика для развития данных танцовщика И.С. Кудриной. И. п. Сидя. <ul style="list-style-type: none"> • Ноги напряжены, сильно вытянуты. Колени прогнуты в пол, пятки отстоят от пола. Корпус прямой. Руки в первую позицию. Работают стопы: вверх-вниз по шестой позиции, право-лево по первой позиции. И.п. лежа на спине. <ul style="list-style-type: none"> • Руки по первой позиции на весу. Ноги сильно вытянуты, стопы сокращены. Поочередное отведение ног в сторону с одновременным натягиванием стопы. • Поднимание ног до угла 95°, натягивая и сокращая стопу. • Удерживая ноги на весу, выводим купе и открываем ногу вверх, переводим в сторону, возвращаем в исходное положение. 	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.

							<p>И.п. лежа на животе</p> <ul style="list-style-type: none"> • Корпус поднят от пола. Руки в первую позицию. • Отводи ноги в сторону попеременно сокращая и натягивая стопу. • Поднимаем ногу в верх на 90°, заводим бедро назад до касания подъемом кисти противоположной руки. • Сгибаем ноги в коленях, берем подъем руками, вытягиваем вверх так, чтобы на полу остался только живот. • Отпускаем стопы и вытягиваем руки в третью позицию. Удерживаем это положение несколько секунд и возвращаемся в и.п. • Перекаты корпусом. <p>И.п. лежа на боку</p> <ul style="list-style-type: none"> • Махи ногами в темпе и ритме музыки. • Усложненный вариант: удерживая ноги на весу. 	
4.	09.09.24 – 15.09.24		3.2 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Выполнение упражнений гимнастики для развития данных танцовщика И.С. Кудриной.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.
5.			6.2 Акробатика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Разминка: бег, прыжки, Круговая тренировка. Выполнение упражнений: мост, шпагат, стойка на локтях с опорой на стену. Стойка на руках с опорой на стену. Колеса, перевороты, рондад.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Маты.
6.			3.3 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Выполнение упражнений гимнастики для развития данных танцовщика И.С. Кудриной.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.
7.	16.09.24 – 22.09.24		3.4 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Выполнение упражнений гимнастики для развития данных танцовщика И.С. Кудриной.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.
8.			6.3 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Разминка: бег, прыжки, Круговая тренировка. Выполнение упражнений: мост, шпагат, стойка на локтях с опорой на стену. Стойка на руках с опорой на стену. Колеса, перевороты, рондад.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Маты.
9.			3.5 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Выполнение упражнений гимнастики для развития данных танцовщика И.С. Кудриной.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги. Утяжелители на ноги.
10.	23.09.24 – 29.09.24		3.6 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие –	3 часа		Выполнение упражнений гимнастики для развития данных танцовщика И.С. Кудриной.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.

11.		6.4 Акробатика.	репетиция. Занятие повторение;	3 часа		Разминка: бег, прыжки, Круговая тренировка. Выполнение упражнений: мост, шпагат, стойка на локтях с опорой на стену. Стойка на руках с опорой на стену. Колеса, перевороты, рондад.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Маты.
12.		4.1 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Экзерсис у станка <ul style="list-style-type: none"> • Батман фондю па 90° ан фас в позах на всей ступне и на полупальцах. • Батман дубль фραπε с релеве на полупальцах и окончанием в деми-плие, с поворотом на 90° и 180°. • Па баллоте вперед — назад. • Гон де жамб ай лер ап деор и ан дедан, с плие — релеве и релевена полупальцах. • Батман релеве лан и батман девелоппеан фас и в позах: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцах; • с плие — релеве; • деми рои де жамбан фас и из одной позы в другую. 	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
13.	30.09.24 – 06.10.24	4.2 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. <ul style="list-style-type: none"> • Батман тандю ан турнан ан деорп ан дедан на 90° и 180°. • Батман тандю жете ан турнан ап деор и ан дедан па 90°. • Рон де жамб па 45° на полупальцах на деми-плие. • Рон де жамб пар терр ан турнаи ан деор и ан дедан па 45° и 90°. • Батмап фондю с плие— релеве и рон де жамб на 45° (сначала демироп де жамб). • Батман фондю и сутеню на 90° во всех направлениях ан фас и в позах на полупальцах. • Батмапфраппе в позах па полупальцах. 	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
14.		6.5 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.

15.			4.3 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Экзерсисустанка <ul style="list-style-type: none"> • Батман фондю па 90° ан фас в позах на всей ступне и на полупальцах. • Батман дубль фραπε с релеве на полупальцах и окончанием в деми-плие, с поворотом на 90° и 180°. • Па баллоте вперед — назад. • Рон де жамб ай лер ап деор и ан дедан, с плие — релеве и релевена полупальцах. • Батман релеве лан и батман девелоппеан фас и в позах: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцах; • с плие — релеве; • деми рон де жамбан фас и из одной позы в другую. • Деми и гран рон де жамбдевелоппе на полупальцах и на деми-плие ан фас. • Гран рон де жамб жете ан деор и ан дедан. • Гран батман жете девелоппе на всей ступне. • Полуоборот фуэте ап деор и ан дедан на 90° и 180°. Нога поднята вперед или назад на 45°. • Батман девелоппе с медленным поворотом ан деор и ан дедан с ногой, поднятой вперед и назад на 90°. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
16.	07.10.24 – 13.10.24		4.4 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Экзерсисустанка <ul style="list-style-type: none"> • Батман фондю па 90° ан фас в позах на всей ступне и на полупальцах. • Батман дубль фραπε с релеве на полупальцах и окончанием в деми-плие, с поворотом на 90° и 180°. • Па баллоте вперед — назад. • Рон де жамб ай лер ап деор и ан дедан, с плие — релеве и релевена полупальцах. • Батман релеве лан и батман девелоппеан фас и в позах: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцах; • с плие — релеве; • деми рон де жамбан фас и из одной позы в другую. • Деми и гран рон де жамбдевелоппе на полупальцах и на деми-плие ан фас. • Гран рон де жамб жете ан деор и ан дедан. • Гран батман жете девелоппе на всей ступне. • Полуоборот фуэте ап деор и ан дедан на 90° и 180°. Нога поднята вперед или назад на 45°. • Батман девелоппе с медленным поворотом ан деор и ан дедан с ногой, поднятой вперед и назад на 90°. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
17.			6.6 Акробатика.	Занятие сообщения	3 часа	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.

				(изучения) новых знаний; занятие – репетиция.			касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.	
18.			4.5 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<p align="center">Э к з е р с и с у с т а н к а</p> <ul style="list-style-type: none"> • Батман фондю па 90° ан фас в позах на всей ступне и на полупальцах. • Батман дубль фραπε с релеве на полупальцах и окончанием в деми-плие, с поворотом на 90° и 180°. • Па баллоте вперед — назад. • Рон де жамб ай лер ап деор и ан дедан, с плие — релеве и релевена полупальцах. • Батман релеве лан и батман девелоппеан фас и в позах: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцах; • с плие — релеве; • деми рои де жамбан фас и из одной позы в другую. • Деми и гран рон де жамб девелоппе на полупальцах и на деми-плие ан фас. • Гран рон де жамб жете ан деор и ан дедан. • Гран батман жете девелоппе на всей ступне. • Полуоборот фуэте ап деор и ан дедан на 90° и 180°. Нога поднята вперед или назад на 45°. • Батман девелоппе с медленным поворотом ан деор и ан дедан с ногой, поднятой вперед и назад на 90°. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
19.	14.10.24 – 20.10.24		4.6 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;.	3 часа		<p align="center">Э к з е р с и с у с т а н к а</p> <ul style="list-style-type: none"> • Батман фондю па 90° ан фас в позах на всей ступне и на полупальцах. • Батман дубль фραπε с релеве на полупальцах и окончанием в деми-плие, с поворотом на 90° и 180°. • Па баллоте вперед — назад. • Рон де жамб ай лер ап деор и ан дедан, с плие — релеве и релевена полупальцах. • Батман релеве лан и батман девелоппеан фас и в позах: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцах; • с плие — релеве; • деми рои де жамбан фас и из одной позы в другую. • Деми и гран рон де жамб девелоппе на полупальцах и на деми-плие ан фас. • Гран рон де жамб жете ан деор и ан дедан. • Гран батман жете девелоппе на всей ступне. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<ul style="list-style-type: none"> • Полуоборот фуэте ап деор и ан дедан на 90° и 180°. Нога поднята вперед или назад на 45°. • Батман девелоппе с медленным поворотом ан деор и ан дедан с ногой, поднятой вперед и назад на 90°. 	
20.		6.7 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.	
21.		4.7 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Экзерсис на середине зала</p> <ul style="list-style-type: none"> • Батман тандю ан турнан ан деорп ан дедан на 90° и 180°. • Батман тандю жете ан турнан ап деор и ан дедан па 90°. • Рон де жамб па 45° на полупальцах на деми-плие. • Рон де жамб пар терр ан турнаи ан деор и ан дедан па 45° и 90°. • Батмап фондю с плие— релеве и рон де жамб на 45° (сначала демироп де жамб). • Батман фондю и сутеню на 90° во всех направлениях ан фас и в позах на полупальцах. • Батмапфраппе в позах па полупальцах. • Батмап дубль фраппеан фас и на полупальцах. • Рон де жамб ан лер ап деор и ан дедан с окончанием на деми-шше. • Батмапрелевелан и батман девелоппе: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцахан фас и в позах; • с плие — релевеан фас и в позах; • в позу четвертого арабеска экарте вперед — назад с подъемом на полупальцы и па деми-плие. • Гран батман жете в позу четвертого арабеска; • девелоппеан фас и в позах. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
22.	21.10.24 – 27.10.24	4.8 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	3 часа		<p>Экзерсис на середине зала</p> <ul style="list-style-type: none"> • Батман тандю ан турнан ан деорп ан дедан на 90° и 180°. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.	

				занятие – репетиция.			<ul style="list-style-type: none"> • Батман тандю жете ан турнан ап деор и ан дедан па 90°. • Рон де жамб па 45° на полупальцах на деми-плие. • Рон де жамб пар терр ан турнаи ан деор и ан дедан па 45° и 90°. • Батмап фондю с плие— релеве и рон де жамб на 45° (сначала демироп де жамб). • Батман фондю и сутеню на 90° во всех направлениях ан фас и в позах на полупальцах. • Батмапфраппе в позах па полупальцах. • Батмап дубль фраппеан фас и на полупальцах. • Рон де жамб ан лер ап деор и аи дедан с окончанием на деми-шше. • Батмапрелеве лан и батман девелоппе: <ul style="list-style-type: none"> • на полупальцахан фас и в позах; • с плие — релевеан фас и в позах; • в позу четвертого арабеска экарте вперед — назад с подъемом на полупальцы и па деми-плие. • Гран батман жете в позу четвертого арабеска; • девелоппеан фас и в позах. 	
23.		6.8 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувьрки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку.Парные и групповые поддержки.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.	
24.		4.9 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.			<p>Экзерсис на середине зала.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поворот фуэте ан деор и ан дедан на 90° и 180°. Нога поднята вперед или назад на 45°. • Тур (пируэт) ан деор и ан дедан из пятой, второй и четвертой позиций с окончанием в пятую, четвертую позицию (2 оборота). • Шестое пор де бра. • Пор де бра препарасьон ан деор. • Па де бурре ан турпан с переменной ног. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.	
25.	28.10.24 – 03.11.24	4.10 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Экзерсис на середине зала.	Звуковоспроизводящая аппаратура.	

26.			6.9 Акробатика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.
27.			4.11 Азбука классического танца	занятие – репетиция.	3 часа		Экзерсис на середине зала.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
28.	04.11.24 – 10.11.24		4.12 Азбука классического танца	Занятие – репетиция.	3 часа		Экзерсис на середине зала.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
29.			6.10 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	1 час	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.
30.			4.13 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		А л л е г р о <ul style="list-style-type: none"> • Па эшаппебаттю (с заноской из пятой и со второй позиций). Ассамблебаттю. • Гран па эгааппе аитурнанна 180°. • Тан леве с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах. Ассамбле с продвижением в сторону. • Гран сиссоннувер в позах без продвижения и с продвижением: (кроме экарте и четвертого арабеска). • Па амбуате (с продвижением вперед и по диагонали). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
31.	11.11.24 – 17.11.24		4.14 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		А л л е г р о <ul style="list-style-type: none"> • Па эшаппебаттю (с заноской из пятой и со второй позиций). Ассамблебаттю. • Гран па эгааппе аитурнанна 180°. • Тан леве с ногой, поднятой на 45° во всех 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<p>направлениях и позах. Ассамбле с продвижением в сторону.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Гран сиссоннувер в позах без продвижения и с продвижением: (кроме экарте и четвертого арабеска). • Па амбуате (с продвижением вперед и по диагонали). 	
32.			6.11 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	<p>Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.
33.			4.15 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Аллегро</p> <ul style="list-style-type: none"> • Па эшаппебаттю (с заноской из пятой и со второй позиций). Ассамблебаттю. • Гран па эгааппе аитурнанна 180°. • Тан леве с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах. Ассамбле с продвижением в сторону. • Гран сиссоннувер в позах без продвижения и с продвижением: (кроме экарте и четвертого арабеска). • Па амбуате (с продвижением вперед и по диагонали). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
34.	18.11.24 – 24.11.24		4.16 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Аллегро</p> <ul style="list-style-type: none"> • Па эшаппебаттю (с заноской из пятой и со второй позиций). Ассамблебаттю. • Гран па эгааппе аитурнанна 180°. • Тан леве с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах. Ассамбле с продвижением в сторону. • Гран сиссоннувер в позах без продвижения и с продвижением: (кроме экарте и четвертого арабеска). • Па амбуате (с продвижением вперед и по диагонали). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

35.		6.12 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.
36.		8.1 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Путешествие картины. Участники прослушивают известное музыкальное произведение, педагог говорит его название. Например: «полет шмеля».</p> <p>Воспитанникам предлагается рассказать о том, что там случилось. После одной-двух фраз, вступает следующий воспитанник, который тоже добавит свою фразу. Таким образом, организуется целостный этюд или рассказ со своим сюжетом.</p> <p>Скульптор и глина. Участники разбиваются на пары. Один из них – скульптор, другой – глина. Скульптор должен придать глине форму (позу), какую захочет. «Глина» податлива, расслаблена, «принимает» форму, какую ей придает скульптор. Законченная скульптура застывает. Скульптор дает ей название. Затем «скульптор» и «глина» меняются местами. Участникам не разрешается переговариваться.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
37.	25.11.24 – 01.12.24	8.2 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Упражнение :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Путешествие картины • Скульптор и глина 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
38.		6.13 Акробатика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Техника безопасности при работе в группе и в парах.	Разминка. Растяжка. Стойки (на лопатках, на руках у опоры и без), мостики (сидя на коленях до касания руками пола, из положения стоя), шпагаты, кувырки (вперед назад, через плечо), перевороты (вперед, назад на двух руках), рондад. Допускается объединение двух и более акробатических элементов в связку. Парные и групповые поддержки.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.
39.		7.1 Постановочная, репетиционная	Занятие сообщения (изучения)	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Понятие «рисунок танца».	Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			деятельность	новых знаний;				
40.	02.12.24 – 08.12.24		7.2 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
41.			8.3 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Следим за выразительностью жестов и танцевальностью движений.	Упражнение : • Путешествие картины • Скульптор и глина	Звуковоспроизводящая аппаратура. Маты.
42.			7.3 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Понятие «рисунок танца».	Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
43.	09.12.24 – 15.12.24		7.4 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Понятие «рисунок танца».	Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
44.			8.4 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Основы сценического макияжа. Работа над сценическим образом (синтез трех искусств – музыкального, драматического и хореографического).	Упражнение : • Путешествие картины • Скульптор и глина • Что было дальше? Выбирается небольшое, хорошо известное литературное произведение, например, сказка «Репка». Группе, равной по численности количеству сказочных персонажей предлагается симпровизировать и представить (в соответствующих образах), что произошло после того, как репку вытянули. • Несуществующее животное. Если существование рыбы-молот или рыбы-иглы научно доказано, то существование рыбы-наперстка не исключено. Пусть ребенок пофантазирует " Как выглядит рыба-кастрюля? Чем питается рыба-ножницы и как можно использовать рыбу-магнит?"	Звуковоспроизводящая аппаратура.

45.			8.5 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Основы сценического макияжа. Работа над сценическим образом (синтез трех искусств – музыкального, драматического и хореографического).	Упражнение : <ul style="list-style-type: none"> • Путешествие картины • Скульптор и глина • Что было дальше? • Несуществующее животное 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
46.	16.12.24 – 22.12.24		7.5 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие сообщения новых знаний;	3 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
47.			7.6 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Эмоции в танце.	Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
48.			8.6 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Основы сценического макияжа. Работа над сценическим образом	<p>Оживление предметов. Представить себя новой шубой; потерянной варежкой; варежкой, которую вернули хозяйину; рубашкой, брошенной на пол; рубашкой, аккуратно сложенной. Представить: пояс - это змея, а меховая рукавичка - мышонок. Каковы будут действия детей?</p> <p>Сочиняем сказки сами. Играющие делятся на несколько команд. Ведущий раздает командам листики бумаги и карандаши. Задача игроков – за 5—6 минут придумать веселую юмористическую сказку, начинающуюся словами: «Жили были...» и заканчивающуюся: «Ну надо же!». По прошествии установленного времени все по очереди зачитывают свои сказки, но таким образом, чтобы они сопровождалась звуковым оформлением или каким-либо другим дополнением, а также участием в представлении остальных ребят. Игроки также могут зачитать и сразу же не только проиграть эту сказку, но и перевести ее на язык жестов или же придумать что-то еще.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
49.	23.12.24 – 29.12.24		7.7 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

50.			7.8 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Изучение и отработка танцевальных комбинаций. Постановка номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.			8.7 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		Упражнение : <ul style="list-style-type: none"> • Путешествие картины • Скульптор и глина • Что было дальше? • Несуществующее животное • Оживление предметов • Сочиняем сказки сами. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
52.	30.12.24 – 05.01.25		7.9 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
53.			7.10 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.			18.1 Контрольное занятие	Контроль умения применять знания и полученные навыки на практике.	3 часа		Выполнение экзерсиса у станка Выполнение экзерсиса на середине зала. Элементы акробатики: мост переворот через продольный, поперечный шпагат. Перекат из мостика. Вперед и назад. Хождение на подъеме. Задания по актерскому мастерству.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.	13.01.25 – 19.01.25		3.7 Партнерная хореография	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Растяжка подъемов очень важна в формировании стоп, поэтому важно проследить за пятками, которые должны быть вместе на протяжении всего упражнения. Натянутость колен и прямая спина сохраняется на протяжении всего упражнения. Вырабатывается сила всей ноги, эластичность связок,	Растяжка на подъем. Исходное положение: сесть на колени, пятки вместе, спина ровная, руки опущены вниз. <ul style="list-style-type: none"> • Поднимаем колени, перекачиваясь на подъемы. Руки упираются в пол ладонями около бедер, спину постараться держат прямо. • Фиксируем данное положение. Растягиваем подъем. • Передвигаем ладони назад, за стопы. Колени прижать к груди. Опора на пальцы. Разрабатывается подвижность пальцев на стопе. • Садимся на пол. Пальцы остаются загнутыми в пол. • Вытягиваем колени. Пальцы ног скользят вперед, как 	Звуковоспроизводяща я аппаратура.

					<p>сила спины.</p> <ul style="list-style-type: none"> можно дольше, касаясь пола. • Фиксируем данное положение. Сохраняя натянутость колен и подъемов, пальцы ног стремятся в пол. • Сгибая ноги, прижать колени к груди. Подъемы остаются натянутыми, пальцы ног загнуты в пол. • Передвигаем ладони по полу вперед. Через загнутые пальцы, переходим на подъемы. Опускаем колени вниз, принимаем исходное положение. Первые пола касаются, подъемы, а потом колени. <p>Работа стопами. Исходное положение: сесть на пол. Ноги вперед. Стопы и колени сильно вытянуты. Спина ровная. Руки вытянуты в сторону, кисти на себя.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сохраняя натянутость колен и подъемов, сильно сокращаем пальцы стоп. • Сохраняя натянутость колен, сокращаем подъемы на себя. Пальцы ног и подъемы сильно тянутся к себе, растягиваем ахилл и икроножную мышцу. • Сохраняя натянутость колен и сокращенные подъемы, загибаем пальцы ног, тянемся ими к пяткам. • Сохраняя положение загнутых пальцев, вытягиваем подъемы. <p>Упражнения на силу ног и устойчивость. Исходное положение: стоя на полу по 6 позиции, руки на талии, спина прямая.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – поднять пятку правой ноги как можно выше, нажать на полу палец, почувствовать натяжение в стопе. 2 и – отталкиваясь пальцами от пола, правая нога сгибается в колене и приходит в положение passé колена вперед (акцентируем внимание на том, что мы «толкаем пальцами пол»). Стопа сильно натянута. Опорная нога прямая. 3 и – правая нога опускается на полу палец около левой стопы. Пятка высоко поднята, чувствуем натяжение в стопе. 4 и – опускаем пятку на пол приходим в исходное положение. • Все то же самое повторяем с другой ноги. <p>Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага. «Бабочка». Исходное положение: сесть на пол, опора на руки сзади, стопы на полу, колени прижать к себе.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – раскрываем колени в стороны, до пола. 2 и – вернуться в исходное положение. 3 и – раскрываем колени в стороны, до пола. (Имитируем полет бабочки, колени это 	
--	--	--	--	--	--	--

						<p>крылья). 4 и – колени тянутся к полу, корпус наклоняется вперед («поймали бабочку»), ладони скользят по полу. Стараемся грудь положить на стопы.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и -2 и – 3 и – сохраняем принятое положение, расслабляя мышцы, стараемся достать коленями до пола, а грудью до стоп. 4 и – вернуться в исходное положение. <p>«Лягушка» Исходное положение: лежа на животе, ноги согнуты, колени разведены в стороны, стопы соединены вместе, полностью прижаться к полу. Руки согнуты в локтях, ладони упираются в пол около плеч.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – «лягушка просыпается» вытягиваем локти, поднимаем корпус, прогибаемся назад, голова тянется к бедрам. 2 и – 3 и – 4 и – фиксируем положение, бедра и стопы прижимаем к полу, сильно прогибаем спину. • 1 и – 2 и – 3 и – принимаем исходное положение «лягушка засыпает». 4 и – отдыхаем. <p>Упражнение на растяжку нижней поверхности бедра и подколенных связок. Исходное положение: встать на левое колено, левое бедро перпендикулярно полу. Правая нога вытянута вперед, развернута в выворотное положение. Стопа правой ноги сильно сокращена, мизинец прижат к полу. Спина прямая, руки вдоль корпуса.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – взмахнуть мягкими руками вверх, выполняем глубокий вдох. 3 и – 4 и – руки опускаются вниз, одновременно корпус, с прогнутой спиной, наклоняется вперед, живот прижать к бедру, спина прямая, бедра ровные, правая нога сохраняет выворотное положение. Выдох через нос. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – продолжаем растяжку. • 1 и – 2 и – продолжаем растяжку.и – 4 и – с круглой спиной через волну принять исходное положение. Упражнение повторить не менее 4 раз. Затем обязательно проделать с другой ноги. <p>«Шпагат» Исходное положение: сесть на шпагат на правую ногу. Для начала руки лучше положить на бедро правой ноги, впоследствии для усложнения, руки соединяем в замок и поднимаем вверх. Бедра ровные. Наличие полного шпагата не обязательно. Достаточно принять исходное положение, по мере возможности и сильно вытянуть ноги. Колено левой ноги не должно касаться пола.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – сокращая паховые мышцы приподняться над полом. Вытянутость колен рук и спины
--	--	--	--	--	--	--

						<p>сохраняется.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – расслабляем паховые мышцы и опускаем бедра на пол. <p>Упражнение повторить не менее 8 раз, затем проделать с другой ноги.</p> <p>«Перекаты в шпагате».</p> <p>Исходное положение: сесть на шпагат на правую ногу. Корпус положить вперед, живот прижать к бедру правой ноги. Руками взяться за щиколотку правой ноги, локти отвести в сторону. Ноги вытянуты, спина прямая.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – сохраняя исходное положение, через левый бок перекатиться на спину. Локти согнуты в сторону, тянуться к полу. Лежа на спине сохранить положение шпагата. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – сохраняя положение тела, продолжаем перекат и через правый бок перекатываемся в исходное положение на шпагат на правой ноге. <p>Повторить упражнение, перекатываясь в другую сторону. Затем проделать тоже самое, с другой ноги. Упражнение выполнять не менее 8 раз.</p> <p>Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе.</p> <p>«Проползание».</p> <p>Исходное положение: лежа на полу на спине. Руки наверху. Корпус ноги и руки сильно вытянуты.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - прижать корпус к ногам, выполнить складку. Спина сохраняет прямое положение. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - ноги, резко раскрываясь, скользят по полу, проходят через поперечный шпагат и соединяются сзади. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - руки сгибаются в локтях. Ладони прижаты к полу около бедер. Вытянуть локти и сильно прогнуть корпус назад, живот прижат к полу. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - ноги, резко раскрываясь, скользят по полу, проходят через поперечный шпагат и соединяются спереди. Принять исходное положение. <p>«Развороты на шпагате».</p> <p>Исходное положение: сидя на полу, ноги сильно вытянуты вперед, стопы развернуты. Спина прямая руки внизу. Бедра ровные. Ровно сидеть на двух ягодицах.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – левая нога скользит по полу, выполняя rond. Сесть на шпагат на правую ногу. Бедра остаются ровные. Спина прямая. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – разворачивая ноги в тазобедренном 	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>суставе перейти на поперечный шпагат.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – разворачивая ноги в тазобедренном суставе перейти на шпагат на левую ногу. Проследить за ровностью двух бедер. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – правая нога скользит по полу, выполняя gond. Ноги соединяются спереди. Принять исходное положение. <p>Упражнение повторить не менее 8 раз. Затем проделать то же самое с другой ноги.</p> <p>Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника.</p> <p>«Волна».</p> <p>Исходное положение: сесть на колени, руки за спиной взять в замок.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – прогибаясь в пояснице, наклоняемся вперед, лопатки сзади вместе, руки в замочке, голова до последнего не опускается вниз. 3 и – 4 и – округляем спину и возвращаемся в исходное положение, поднимаясь лопатками наверх, голова отстает. <p>Упражнение повторить не менее 8 раз. Волна должна быть непрерывной и из состояния зажатости переходить в состояние расслабления.</p> <p>«Рыбка».</p> <p>Исходное положение: лежа на животе, ноги вместе сильно вытянуты (как будто у нас не 2 ноги, а 1 рыбий хвост), руки согнуты, локти в потолок, ладони прижаты к полу около плеч.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – вытянуть локти, поднять верхнюю часть корпуса, как можно выше. Ноги сохраняют исходное положение. Затылок тянется к пяткам. 2 и – оторвать руки от пола, перевести их наверх, сильно напрягаем мышцы спины, усиливаем прогиб. 3 и – фиксируем данное положение. 4 и – мягко возвращаемся в исходное положение. <p>Упражнение повторить не менее 8 раз. Упражнение укрепляет мышцы спины, развивает подвижность в грудном и плечевом отделе.</p> <p>«Выход в мостик».</p> <p>Исходное положение: сесть на пол, ноги согнуты в коленях, прижаты к себе, стопы упираются в пол. Корпус слегка откинут назад. Руки упираются в пол ладонями, пальцы рук повернуты в сторону.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – поднимаем бедра, выкручиваем руки в плечевом суставе, встаем в мост. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – фиксируем мост, переносим вес тела на руки. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – опускаем бедра, выкручиваем руки в 	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>плечевом суставе, принимаем исходное положение.</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 и – 2 и – 3 и – вытянуть ноги вперед, корпус наклонить вперед, живот прижать к ногам, сесть в складку, растянуть спину 4и – принять исходное положение. <p>Упражнения для развития прыжка. «Упражнение для развития силы стоп». Исходное положение: стоя по первой позиции. Руки сзади в замок, локти прямые. Колени «мягкие». На протяжении всего упражнения колени не сгибаются и не вытягиваются до конца.</p> <ul style="list-style-type: none"> И – выполняется прыжок sote по первой позиции, не сгибая колен отталкиваясь только стопами, стопы сильно вытягиваются. 1 – приземлиться в исходное положение, не сгибая колен. И – 2 – повторить упражнение. <p>«Разножка» Исходное положение: стоя левым боком к основному направлению, 6 позиция в ногах. Руки сзади в замок, локти прямые.</p> <ul style="list-style-type: none"> И – выполнить прыжок sote. 1 – приземлиться в plié по 6 позиции. И – выполняя прыжок, одновременно резко разорвать ноги в шпагат, правая нога вперед. 2 – ноги резко собираются в 6 позицию, приземлиться в plié. <p>Упражнение повторить не менее 6 раз. Затем повторить с другой ноги и в сторону (на поперечный шпагат).</p>	
56.		3.8 Партерная хореография	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Важность выполнения экзерсиса на полу для развития техники танцора.	<ul style="list-style-type: none"> Растяжка на подъем. Работа стопами. Упражнения на силу ног и устойчивость. Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага. Упражнение на растяжку нижней поверхности бедра и подколенных связок. Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника. Упражнения для развития прыжка. «Упражнение для развития силы стоп». 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
57.		5.1 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Упражнения на повторение «движений» растений. <u>Упражнение № 1. Дерево</u> Представьте, что Вы – дерево. Ноги – это ствол, а руки – ветви.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>Попробуйте изобразить, как дерево живёт, а малыш пусть за Вами повторяет. В густой листве дерева спрятался маленький ветерок. Руки – ветви живые, они слегка колыхнутся из стороны в сторону. Ветер подул сильнее, и ветви дерева заколыхались сильнее. Но вот ветер подул с такой силой, что дереву трудно устоять и его ветви клонит к земле. И наконец, дерево не выдержало самого сильного порыва ветра и сломалось. Затем ветер успокоился, снова засияло солнышко, и на месте старого сломанного дерева появился маленький зелёный росток, который превратился в молодое, полное сил дерево.</p> <p><u>Упражнения № 2. Роза</u></p> <p>А теперь перенеситесь в сказочную Страну цветов. Посмотрите, сколько вокруг прекрасных цветов! Выберите один какой-нибудь цветок, например Розу. Попробуйте изобразить, что с ней происходит. Вначале ещё нет никакого цветка, только маленькое семечко спит в земле и ждёт, когда ему можно будет прорасти. Но вот появился росток и стал изо всех сил тянуться вверх, к солнышку. Он тянется всё выше и выше – и вот это уже огромный розовый бутон. И, наконец, бутон раскрылся, и цветок впервые взглянул на мир.</p> <p>Упражнения на повторение движений животных.</p> <p><u>Упражнение №1. Кошка</u></p> <p>Какие же пластичные движения свойственны кошке? Представьте себе какую-нибудь кошку, которую Вы видели. А теперь вспомните, как она ходит, плавно переставляя лапы и выгибая спину. Пройдитесь как кошка! Вспомните, как кошка умывается, попробуйте вместе с ребёнком делать те же движения, что и она. Кошка фырчит, выгибая спину, когда сердится или хочет напугать. Посмотрите, как она прогнулась, когда ластиться или когда у неё просто хорошее настроение.</p> <p>Можно придумать и сыграть сценку – этюд: кошка спит, удобно свернувшись калачиком, но вот она проснулась, потянулась, умылась и стала разгуливать по комнате.</p> <p><u>Упражнение № 2. Лягушка</u></p> <p>Основными движениями у лягушки являются прыжки. Прыгайте вперёд, опираясь на руки и отталкиваясь от пола ногами! Представьте, что лягушка плывёт, и повторяйте её движения.</p> <p>Придумайте и сыграйте сценку-этиюд. Сидя по-лягушачьи, представьте, что на болоте, где живёт воображаемый</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>лягушонок, устраивается лягушачий концерт. Кто-то будет квакать – петь в хоре, кто-то показывать акробатические номера в воде, а кто-то будет танцевать.</p> <p><u>Упражнение № 3. Лебедь</u></p> <p>Ну, конечно, мы знаем эту удивительную благородную птицу с огромными крыльями и красивой длинной шеей. Главное в пластическом изображении лебедя – это руки. Плавно поднимайте и опускайте руки. Поднимитесь на носки и продолжайте движения руками. Это напоминает взмахи крыльями.</p>	
58.	20.01.25 – 26.01.25		3.9 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	<ul style="list-style-type: none"> • Растяжка на подъем. • Работа стопами. • Упражнения на силу ног и устойчивость. • Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага. • Упражнение на растяжку нижней поверхности бедра и подколенных связок. • Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. • Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника. • Упражнения для развития прыжка. «Упражнение для развития силы стоп». 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
59.			3.10 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	<ul style="list-style-type: none"> • Растяжка на подъем. • Работа стопами. • Упражнения на силу ног и устойчивость. • Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага. • Упражнение на растяжку нижней поверхности бедра и подколенных связок. • Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. • Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника. • Упражнения для развития прыжка. «Упражнение для развития силы стоп». 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
60.			5.2 Танцевальные	Занятие повторение;	3 часа	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на повторение «движений» растений. 	Звуковоспроизводящая

			этюды	занятие – репетиция.			<ul style="list-style-type: none"> Упражнения на повторение движений животных. 	я аппаратура.
61.	27.01.25 – 02.02.25		3.11 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<p>Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. «Проползание». Исходное положение: лежа на полу на спине. Руки наверху. Корпус ноги и руки сильно вытянуты.</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - прижать корпус к ногам, выполнить складку. Спина сохраняет прямое положение. 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - ноги, резко раскрываясь, скользят по полу, проходят через поперечный шпагат и соединяются сзади. 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - руки сгибаются в локтях. Ладони прижаты к полу около бедер. Вытянуть локти и сильно прогнуть корпус назад, живот прижат к полу. 1 и – 2 и – 3 и – 4 и - ноги, резко раскрываясь, скользят по полу, проходят через поперечный шпагат и соединяются спереди. Принять исходное положение. <p>«Развороты на шпагате». Исходное положение: сидя на полу, ноги сильно вытянуты вперед, стопы развернуты. Спина прямая руки внизу. Бедра ровные. Ровно сидеть на двух ягодицах.</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – левая нога скользит по полу, выполняя gond. Сесть на шпагат на правую ногу. Бедра остаются ровные. Спина прямая. 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – разворачивая ноги в тазобедренном суставе перейти на поперечный шпагат. 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – разворачивая ноги в тазобедренном суставе перейти на шпагат на левую ногу. Проследить за ровностью двух бедер. 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – правая нога скользит по полу, выполняя gond. Ноги соединяются спереди. Принять исходное положение. <p>Упражнение повторить не менее 8 раз. Затем проделать то же самое с другой ноги.</p> <p>Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника. «Волна». Исходное положение: сесть на колени, руки за спиной взять в замок.</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 и – 2 и – прогибаясь в пояснице, наклоняемся вперед, лопатки сзади вместе, руки в замочке, голова до последнего не опускается вниз. 3 и – 4 и – округляем спину и возвращаемся в исходное положение, поднимаясь 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>лопатками вверх, голова отстает.</p> <p>Упражнение повторить не менее 8 раз. Волна должна быть непрерывной и из состояния зажатости переходить в состояние расслабления.</p> <p>«Рыбка».</p> <p>Исходное положение: лежа на животе, ноги вместе сильно вытянуты (как будто у нас не 2 ноги, а 1 рыбий хвост), руки согнуты, локти в потолок, ладони прижаты к полу около плеч.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – вытянуть локти, поднять верхнюю часть корпуса, как можно выше. Ноги сохраняют исходное положение. Затылок тянется к пяткам. 2 и – оторвать руки от пола, перевести их вверх, сильно напрягаем мышцы спины, усиливаем прогиб. 3 и – фиксируем данное положение. 4 и – мягко возвращаемся в исходное положение. <p>Упражнение повторить не менее 8 раз. Упражнение укрепляет мышцы спины, развивает подвижность в грудном и плечевом отделе.</p> <p>«Выход в мостик».</p> <p>Исходное положение: сесть на пол, ноги согнуты в коленях, прижаты к себе, стопы упираются в пол. Корпус слегка откинут назад. Руки упираются в пол ладонями, пальцы рук повернуты в сторону.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – поднимаем бедра, выкручиваем руки в плечевом суставе, встаем в мост. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – фиксируем мост, переносим вес тела на руки. • 1 и – 2 и – 3 и – 4 и – опускаем бедра, выкручиваем руки в плечевом суставе, принимаем исходное положение. • 1 и – 2 и – 3 и – вытянуть ноги вперед, корпус наклонить вперед, живот прижать к ногам, сесть в складку, растянуть спину 4и – принять исходное положение. <p>Упражнения для развития прыжка. «Упражнение для развития силы стоп».</p> <p>Исходное положение: стоя по первой позиции. Руки сзади в замок, локти прямые. Колени «мягкие». На протяжении всего упражнения колени не сгибаются и не вытягиваются до конца.</p> <ul style="list-style-type: none"> • И – выполняется прыжок sote по первой позиции, не сгибая колен отталкиваясь только стопами, стопы сильно вытягиваются. 1 – приземлиться в исходное положение, не сгибая колен. И – 2 – повторить упражнение. <p>«Разножка»</p> <p>Исходное положение: стоя левым боком к основному направлению, 6 позиция в ногах. Руки сзади в замок, локти прямые.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

							<ul style="list-style-type: none"> И – выполнить прыжок sote. 1 – приземлиться в plié по 6 позиции. И – выполняя прыжок, одновременно резко разорвать ноги в шпагат, правая нога вперед. 2 – ноги резко собираются в 6 позицию, приземлиться в plié. <p>Упражнение повторить не менее 6 раз. Затем повторить с другой ноги и в сторону (на поперечный шпагат).</p>	
62.			3.12 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника. Упражнения для развития прыжка. Упражнение для развития силы стоп». 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
63.			5.3 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Упражнения на повторение «движений» растений. Упражнения на повторение движений животных. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
64.	03.02.25 – 09.02.25		3.13 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника. Упражнения для развития прыжка. Упражнение для развития силы стоп». 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
65.			3.14 Партерная хореография	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе. Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника. Упражнения для развития прыжка. Упражнение для развития силы стоп». 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
66.			5.4 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Упражнения на повторение «движений» растений. Упражнения на повторение движений животных. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
67.	10.02.25 – 16.02.25		4.17 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Понятия «средняя линия» и «центральная точка». Танцевальное направление Джаз-стрит	<ul style="list-style-type: none"> Основной шаг: выполняется на подскоке и в высоком темпе. Перекрестный джаз-стрит: все движения выполняются в право и в лево относительно средней линии. Ноги скрещиваются в центральной точке Джаз–стрит с переступанием: все движения выполняются в высоком темпе. Корпус откидывается в ту сторону, в какую выполняется прыжок. Прямой джаз-стрит: все движения выполняются на подскоках, как лицом к зрителю, так и боком. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							<ul style="list-style-type: none"> • Джаз–стрит с заносом ноги и с двойным заносом: движение выполняется на подскоках и над центральной точкой. 	
68.			4.18 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Понятия «средняя линия» и «центральная точка». Танцевальное направление Джаз-стрит	<ul style="list-style-type: none"> • Основной шаг: выполняется на подскоке и в высоком темпе. • Перекрестный джаз-стрит: все движения выполняются в право и в лево относительно средней линии. Ноги скрещиваются в центральной точке • Джаз–стрит с переступанием: все движения выполняются в высоком темпе. Корпус откидывается в ту сторону, в какую выполняется прыжок. • Прямой джаз-стрит: все движения выполняются на подскоках, как лицом к зрителю, так и боком. • Джаз–стрит с заносом ноги и с двойным заносом: движение выполняется на подскоках и над центральной точкой. 	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
69.			5.5 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на повторение «движений» растений. • Упражнения на повторение движений животных. 	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
70.	17.02.25 – 23.02.25		4.19 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Понятия «средняя линия» и «центральная точка». Танцевальное направление Джаз-стрит	<p>Основы джаз-стрит танца.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основной шаг: выполняется на подскоке и в высоком темпе. • Перекрестный джаз-стрит: все движения выполняются в право и в лево относительно средней линии. Ноги скрещиваются в центральной точке • Джаз–стрит с переступанием: все движения выполняются в высоком темпе. Корпус откидывается в ту сторону, в какую выполняется прыжок. • Прямой джаз-стрит: все движения выполняются на подскоках, как лицом к зрителю, так и боком. • Джаз–стрит с заносом ноги и с двойным заносом: движение выполняется на подскоках и над центральной точкой. 	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
71.			4.20 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
72.			5.6 Танцевальные этюды	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на повторение «движений» растений. • Упражнения на повторение движений животных. 	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
73.	24.02.25 –		4.21	Занятие	3 часа	Свободная пластика. При	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводяща

	02.03.25		Азбука классического танца	повторение; занятие – репетиция.		работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно		я аппаратура.
74.			4.22 Азбука классического танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
75.			5.7 Танцевальные этюды	занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Упражнения на повторение «движений» растений. Упражнения на повторение движений животных. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
76.	03.03.25 – 09.03.25		4.23 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
77.			4.24 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
78.			5.8 Танцевальные этюды	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Упражнения на повторение «движений» растений. Упражнения на повторение движений животных. 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
79.	10.03.25 – 16.03.25		4.25 Азбука классического танца	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
80.			4.26 Азбука классического танца	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
81.			8.8 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.			<ul style="list-style-type: none"> Что такое невербальные символы? Это произвольные и произвольные движения тела (в том числе и рук), при помощи которых человек выражает свои 	<ul style="list-style-type: none"> Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>слова, мысли и эмоции. Например, взмах рукой означает приветствие, если ребенок топает ногами, значит, он чем-то недоволен, что-то ему не нравится и т.д.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Гребет на веслах. Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). Попугай в клетке. <p>Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее:</p> <ul style="list-style-type: none"> Собрать велосипед по частям <p>Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами)</p> <p>Делать это упражнение нужно так. Когда берешь какую-то запчасть, то показываешь ее форму (ощупываешь ее всю руками), чтобы у зрителей сложилось ясное представление, что находится в руках у актера. А потом уже устанавливаешь. Вся группа должна угадать, что сейчас собрал актер.</p>	
82.	17.03.25 – 23.03.25		4.27 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
83.			4.28 Азбука классического танца	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
84.			8.9 Особенности сценической культуры. Актерское	Занятие повторение; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			мастерство.				<ul style="list-style-type: none"> • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее: <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами) <p>Делать это упражнение нужно так. Когда берешь какую-то запчасть, то показываешь ее форму (ощупываешь ее всю руками), чтобы у зрителей сложилось ясное представление, что находится в руках у актера. А потом уже устанавливаешь. Вся группа должна угадать, что сейчас собрал актер.</p>	
85.	24.03.25 – 30.03.25		4.29 Азбука классического танца	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать самостоятельно	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
86.			4.30 Азбука классического танца	Занятие применения знаний, умений,	3 часа	Свободная пластика. При работе ногами в стиле джаз стрит, движения руками можно придумать	Основы джаз-стрит танца.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			навыков; занятие – репетиция.		самостоятельно			
87.			8.10 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее: <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами) <p>Делать это упражнение нужно так. Когда берешь какую-то запчасть, то показываешь ее форму (ощупываешь ее всю руками), чтобы у зрителей сложилось ясное представление, что находится в руках у актера. А потом уже устанавливаешь. Вся группа должна угадать, что сейчас собрал актер.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
88.	31.03.25 – 06.04.25		8.11 Особенности сценической культуры. Актерское	Занятие применения знаний, умений, навыков;	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			мастерство.	занятие – репетиция			<ul style="list-style-type: none"> • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее: <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами) 	
89.			7.11 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
90.			7.12 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
91.	07.04.25 – 13.04.25		8.12 Особенности сценической культуры. Актерское	Занятие применения знаний, умений,	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			мастерство.	навыков			<ul style="list-style-type: none"> • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее: <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами) 	
92.			7.13 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
93.			7.14 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
94.	14.04.25 – 20.04.25		8.13 Особенности сценической культуры. Актерское	Занятие применения знаний, умений,	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			мастерство.	навыков			<p>прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. <p>Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям <p>Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами)</p> <p>Делать это упражнение нужно так. Когда берешь какую-то запчасть, то показываешь ее форму (ощупываешь ее всю руками), чтобы у зрителей сложилось ясное представление, что находится в руках у актера. А потом уже устанавливаешь. Вся группа должна угадать, что сейчас собрал актер.</p>	
95.			7.15 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
96.			7.16 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений,	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.

				навыков				
97.	21.04.25 – 27.04.25		8.14 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрывать побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее: <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами) <p>Делать это упражнение нужно так. Когда берешь какую-то запчасть, то показываешь ее форму (ощупываешь ее всю руками), чтобы у зрителей сложилось ясное представление, что находится в руках у актера. А потом уже устанавливаешь. Вся группа должна угадать, что сейчас собрал актер.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
98.			7.17 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений,	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			навыков					
99.			7.18 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
100.	28.04.25 – 04.05.25		8.15 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрывать побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее: <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям 	Звуковоспроизводящая аппаратура.
101.			8.16 Особенности сценической культуры. Актерское	Занятие применения знаний, умений,	3 часа		<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			мастерство.	навыков		<ul style="list-style-type: none"> • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее: <ul style="list-style-type: none"> • Собрать велосипед по частям Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами). 	
102.	05.05.25 – 11.05.25		8.17 Особенности сценической культуры. Актерское мастерство.	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	<ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия - Упражнения на жестикуляцию рук и пластику тела • Красит забор (кисточка – это ваша кисть руки). • Пускает волны через плечо (волна должна быть плавной). • Трогает невидимую стену (ладони должны как будто прикасаться к плоскости, ладонь и пальцы должны распластаться по «стене»). • Гребет на веслах. • Перетягивает невидимый канат (при этом вся группа разбивается на две части). • Попугай в клетке. Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай) Ощупать ее руками Взять и переставить на другое место Подразнить попугая 	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>Найти дверцу и открыть ее Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу Погладить попугая (после этого он вас должен укусить) Одернуть руку Закрыть побыстрее клетку Помахать угрожающе пальцем Переставить клетку в другое место. Каждому члену театральной группы на листочке раздается задание изобразить следующее:</p> <ul style="list-style-type: none"> Собрать велосипед по частям <p>Установить все четыре колеса на легковую машину Собрать по частям самолет Собрать по частям вертолет Сделать из досок лодку с веслами Собрать по частям другую технику (придумайте сами)</p>	
103.		7.19 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
104.		7.20 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
105.	12.05.25 – 18.05.25	7.21 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
106.		7.22 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений, навыков	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.
107.		7.23 Постановочная, репетиционная деятельность	Занятие применения знаний, умений,	3 часа	Знакомство с музыкальным материалом. Беседа о смысле номера. Обсуждение характера музыки и образа.	Постановка и отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.

				навыков				
108.	19.05.25 – 25.05.25		8.2 Контрольное занятие	Контроль знаний умений навыков.	3 часа		Экзерсис на середине зала. Элементы акробатики Элементы стрит-джаза.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

Всего: 324 ч.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от « 30 » августа 20 24 г.
Протокол № 1



Утверждаю:

Директор МБУДО БДТ

С.В. Андреев

« 30 » августа 20 24 г.

Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
совершенствования в эстрадном танце
«Мастерство и успех»,
авторы Козлитина Е.Ж., Маслова Е.Ж.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 13 – 18 лет

Автор:

Козлитина Евгения Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
совершенствования в эстрадном танце**

«Мастерство и Успех»

1 год обучения

2024– 2025 учебный год

	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Введение в авторскую общеобразовательную программу.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Знакомство с целями и задачами образовательной программы на учебный год, с содержанием занятий и перспективами на будущее. Техника безопасности.	Экзерсис у станка	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			2.1 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение.	2 часа	Следить за положением спины. Грамотно координировать положение тела при выполнении упражнений.	Экзерсис у станка и на середине зала. Выполнение обязательных элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура;
3.			2.2 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Повторяются все изученные на предыдущих годах обучения движения экзерсиса у станка и на середине зала в различных сочетаниях. Темп нарастает. Координация движений усложняется.	Экзерсис у станка и на середине зала. Выполнение обязательных элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура;
4.			2.3 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	Равновесие шпагатом. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками. Равновесие кольцом. Фронтальное. Равновесие шпагатом с наклоном вперед. Заднее равновесие. Способы выполнения шпагатов: Скольжением.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики, мат гимнастический.

							<p>Перемахом из упора лежа. Из стойки перемахом. Прыжком. Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку. Курбет в шпагат – перемахом. Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом).</p>	
5.	09.09.24 – 15.09.24		2.4 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция	2 часа		<p>Экзерсис у станка и на середине зала. Выполнение обязательных элементов.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
6.			2.5 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Выполняя комплекс упражнений, следим за натянутостью колена, положением спины, таза.</p>	<p>Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки: И.п. лежа на коврике. Махи ногами по всем направлениям вытянутой стопой и сокращенной стопой И.п. лежа на спине, руки на полу на «крестик» выполняем «заноски» сильно вытянутыми ногами, одновременно на 8 счетов поднимаем ноги вверх. Не прекращая выполнять заноски, опускаем ноги вниз. Продолжая упр. 2 выполняем заноски сокращенной стопой, одновременно поднимаем ноги вверх до вертикального положения и опускаем вниз до и.п. И. п. лежа на животе выполняем «лодочку» Раскачиваемся в таком положении с перекатом до стойки на груди. Задержать корпус в верхнем положении, удержать 8 счетов И.п. лежа на животе выполнить «лягушку». Поднимаем корпус максимально вверх, удерживаем 8 счетов. Отрываем руки от пола и поднимаем вверх, удерживаем корпус без поддержки 8 счетов. Медленно возвращаем корпус в и.п. Следим за положением стоп и таза. И.п. лежа на спине руки вытянуты вверх вдоль пола. 1 – 2 рывком садимся одновременно раскрывая ноги в поперечный шпагат; 3 – 4 кладем корпус на пол без помощи рук; 5 - 6 сводим ноги назад до положения лежа на животе; 7 – 8 перекаат тугим корпусом в и.п. И.п. сидя на коврике ноги в поперечный шпагат</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

						<p>руки во II позицию, 1 – 2 наклон к правой ноге левой рукой ч-з верх, 3 – 4 и.п.; 5 – 6 наклон к левой ноге правой рукой; 7-8 и.п. Упражнение выполняется с чередованием вытянутых и сокращенных стоп. Колени прогнуты, пятки оторваны от пола.</p> <p>И.п. сидя на поперечном шпагате, руки скрещены на груди. Выполняем ритмичные наклоны корпуса к одной и к другой ноге. Следим, чтобы при наклоне плечо находилось впереди колена.</p> <p>И. п. лежа на спине, ноги сильно вытянуты, выворотные и прижаты друг к другу. выполняем круговые движения ногами по большой амплитуде, слева на право и на оборот. Следим, что бы плечи были прижаты к полу.</p>	
7.		2.6 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Усовершенствованиенавыков отличного выполнения упражнения в зависимости от характера и содержания музыки. Сочетание напряжения одних мышечных групп с расслаблением других. Развитие дифференцированного мышечного ощущения.	Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
8.		2.7 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Равновесия.</p> <p>Равновесие шпагатом.</p> <p>Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками.</p> <p>Равновесие кольцом.</p> <p>Фронтальное.</p> <p>Равновесие шпагатом с наклоном вперед.</p> <p>Заднее равновесие.</p> <p>Выполнение шпагатов:</p> <p>Скольжением.</p> <p>Перемахом из упора лежа.</p> <p>Из стойки перемахом.</p> <p>Прыжком.</p> <p>Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку.</p> <p>Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом).</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
9.	16.09.24 - 22.09.24	2.8 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

10.			2.9 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.
11.			2.10 Учебно- тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики.
12.			2.11 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение;	2 часа		Равновесия. Равновесие шпагатом. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колени, за голень одной или двумя руками. Равновесие кольцом. Фронтальное. Равновесие шпагатом с наклоном вперед. Заднее равновесие. Выполнение шпагатов: Скольжением. Перемахом из упора лежа. Из стойки перемахом. Прыжком. Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку. Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом).	Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики.
13.	23.09.24 - 29.09.24		2.12 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводяща я аппаратура; коврики.

14.		2.13 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Повторяются все изученные на предыдущих годах обучения движения экзерсиса у станка и на середине зала в различных сочетаниях. Темп нарастает. Координация движений усложняется.	<p><i>Экзерсис у станка</i> Retites battements sur le cou-de-pied с pliereleve на всей стопе и на полупальцах. Rond de jambe en l'air en dehorset en dedans с окончанием на demi- plie-releve et releve на полупальцах. Demi grand rond de jambe developpe на полупальцах и с переходом из позы в позу. Grand rond de jambe jete en dehorset en dedans. Battements developpe tombe en face, в разных позах, завершая носком в пол и под 90 градусов. Половина tour en dehorset en dedans с plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45 и 90 градусов. <i>Экзерсис на середине зала</i> Battements fondus: с pliereleve et demi rond de jambe на 45° из позы в позу; Battement soutenu на 90 градусов. Grand battements jete developpes. Pirouette en dehorset en dedans с V, IV, II позиций, с окончанием в V и VI позиции. <i>Allegro</i> Pas jete ferme. Pas ballote (носком в пол). Sissoune fondus на 90° во всех направлениях. Grandsissoune ouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением. Grand pas assemble. Grand pas jete.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
15.		2.14 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; Занятие изучения новых знаний.	2 часа		<p><i>Экзерсис у станка</i> <i>Экзерсис на середине зала</i> <i>Allegro</i></p>	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
16.		2.15 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Выполнение шпагатов: Равновесия Мосты Мост на предплечьях. Мост на одну ногу (с опорой на руки и ногу, свободная нога согнута и поднята вперед). Мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги. Мост кольцом – свободная нога согнута назад к голове. Мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение. Мост с захватом руками за голень (мост-</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. Мат гимнастический, коврики

							складка).	
17.	30.09.24 - 06.10.24		3.1 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие телесное (физическое/кинестетическое) мышление.	Разминка "Локомотив" Разминка "Части тела" Разминка "Слово - Действие" "Зеркало" Танцоры делятся на пары, встают друг напротив друга. Один из них - ведущий, другой - ведомый. Когда ведущий движется, ведомый отражает каждое движение так точно, как это возможно. Цель - достигнуть такой согласованности движения, чтобы наблюдатель не мог различить, кто ведет и кто следует. Ведущий должен сосредоточить свое внимание на том, чтобы двигаться четко, чтобы ведомый сохранял связь, а задача ведомого - чувствовать связь его движений с движениями ведущего. Через несколько минут танцоры меняются ролями и повторяют упражнение. <i>Вариация</i> Лидерство переходит между двумя танцорами. Смена может происходить в быстрой последовательности, так, что даже сами танцоры не смогут определить, когда эта смена происходит. Один из танцоров также может оставаться на время лидером. Ни один из танцоров не должен специально выбирать, сохранять ему лидерство или избегать этого.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
18.			3.2 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Танцор слушает голос своего тела, которое выражает глубокие эмоциональные переживания. Особое внимание во время танца уделяется также: Освобождению от мышечных зажимов, Расслабление и освобождение суставов, Выстраивание позвоночника, Налаживание связей между центром тела и его конечностями. Суть Метода Уэйна Макгрегора	Первый метод Уэйна Макгрэгора: Работа над визуализацией буквы «Т». Упражнение «Т» рассчитано на группу. Тот, кто движется, не запоминает свои движения, он просто действует в пространстве. Те, кто наблюдают за ним, берут его движения, копируют или интерпретируют как им удобно. Не обязательно точно запоминать все движения. Нужно, отталкиваясь от них, создавать собственную хореографическую последовательность и запоминать ее.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
19.			3.3 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Первый метод Уэйна Макгрэгора: Упражнение «Т». описывать ее сначала руками, затем головой, плечами и т.д. Визуализируемый объект становится отправной точкой для того, чтобы начать движение. Затем МакГрегор «кладет»	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							воображаемую букву «Т» на пол и начинает описывать ее коленям. После чего он предлагает соединить действия рук и ног. Объект можно «рассматривать» с разных сторон.	
20.			3.4 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Некоторые танцоры используют общую траекторию движения для создания своей хореографии, другие концентрируются на деталях. Много зависит от скорости восприятия танцоров и их индивидуальности.	Первый метод Уэйна Макгрэгора. Визуализация любых предметов. Работа в группе.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
21.	07.10.24 - 13.10.24		3.5 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Первый метод Уэйна Макгрэгора. Визуализация любых предметов. Работа в группе.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
22.			3.6 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Первый метод Уэйна Макгрэгора. Визуализация любых предметов. Работа в группе.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
23.			3.7 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;.	2 часа	Хореограф предлагает танцовщикам различные провокации (задания), которые заставляют их двигаться тем или иным способом, создавая хореографию, которую они не придумали бы без этого задания. Понятие «архитектура дуэта»	Второй метод Уэйна Макгрэгора; От тела к телу «телесная провокация»: Танцовщики становятся объектам воображения хореографа, который манипулирует ими вербально, при помощи словесной конструкции «если... то...». В примере МакГрегора просит танцовщиков взяться за руки и, затем, озвучивает направления движений: «если ты опустишься вниз», «если ты скрестишь ноги», «если ты сделаешь кик» и т.д.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
24.			3.8 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрэгора; От тела к телу «телесная провокация»:	Звуковоспроизводящая аппаратура.
25.	14.10.24 - 20.10.24		3.9 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрэгора; От тела к телу «телесная провокация»:	Звуковоспроизводящая аппаратура.
26.			3.10 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа			Звуковоспроизводящая аппаратура.
27.			3.11 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрэгора; От тела к телу «телесная провокация»:	Звуковоспроизводящая аппаратура.
28.			3.12 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрэгора; От тела к телу «телесная провокация»:	Звуковоспроизводящая аппаратура.
29.	21.10.24		3.13	.Занятие сообщения	2 часа	Во время танца необходимо	Второй метод Уэйна Макгрэгора; От тела к телу	Звуковоспроизводящая

	- 27.10.24		Основы импровизации	(изучения) новых знаний; занятие – репетиция.		следить за: дыханием, осознанием своего тела, перемещением своего тела в пространстве, качеством движения, скоростью и силой движения.	«телесная провокация»: «Вне круга» хореограф просит танцовщиков представить на полу круг. Они должны двигаться так, чтобы избегать попадания в этот круг.	я аппаратура.
30.			3.14 Основы импровизации	Занятие – репетиция.	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрегора; От тела к телу «телесная провокация»: «Вне круга»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
31.			3.15 Основы импровизации	Занятие – репетиция.	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрегора « телесная провокация, вне круга»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
32.			3.16 Основы импровизации	Занятие – репетиция.	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрегора; От тела к телу «телесная провокация, Вне круга»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
33.	28.10.24 - 03.11.24		3.17 Основы импровизации	Занятие – репетиция.	2 часа		Второй метод Уэйна Макгрегора; От тела к телу «телесная провокация, Вне круга»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
34.			3.18 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Хореограф описывает танцорам воображаемую ситуацию, в которой они находятся, а они сами решают, как именно им двигаться в этой ситуации.	Третий метод Уэйна МакГрегора: «Ментальная картина» Танцорам надо войти в пространство огромной букв «Е», присесть на нижнюю ее часть, дотянуться до верхней, представить, что она падает на них. Таким образом, танцовщики сами работают с воображаемой архитектурой. У них есть заданные условия в пространстве вокруг них, которые дают им возможность для выбора из множества вариантов движения и при этом ограничивают их выбор.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
35.			3.19 Основы импровизации	занятие – репетиция.	2 часа		Третий метод Уэйна МакГрегора: «Ментальная картина»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
36.			3.20 Основы импровизации	Занятие – репетиция.	2 часа		Третий метод Уэйна МакГрегора: «Ментальная картина»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
37.	04.10.24 - 10.11.24		4.1 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Приступая к работе, нужно помнить об одном необходимом условии. Что бы ни ставил — сольный или массовый танец, — всегда необходимо следовать основному закону драматургии. Различать пять основных частей танца: экспозицию, завязку,	Назначение экспозиции – это введение в действие. Здесь зрители знакомятся с действующими лицами: слушая музыку и наблюдая танцующих, понимают, что перед ними люди определенной национальности, живущие или жившие в ту или иную эпоху. Становится понятен жанр танца – народно-характерный, фольклорный, исторически или классический дуэт, сольная вариация, па-де-труа, па-де-катр, массовый, кордебалетный танец. Жанры танцев	Звуковоспроизводящая аппаратура.

					развитие действия, кульминацию, развязку. Понятие «Экспозиция танца». Экспозиция и финал в нашем случае будут двумя точками. Первая точка – то, откуда Вы идете, вторая – то, куда Вы стремитесь.	могут быть очень разнообразны, и экспозиция как бы настраивает зрителей на восприятие одного из них. Начните с лейтмотива, затем, соединяйте существующие движения, добавляя что-то для удобства, если это необходимо. Старайтесь избегать привычных движений, которые Вы делаете на классах. Если Вы все же вставляете стандартный перекаат или выход на плечо, попробуйте что-то в нем изменить, дополнить в соответствии с Вашей концепцией. На этом этапе мы снова абстрагируемся от наших чувств и идей, просто склеиваем движения.	
38.		4.2 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа	Обращаем особое внимание на характер предлагаемой музыки. Обсуждаем образы, возникающие в голове воспитанников, при прослушивании музыкального материала.	Работа над экспозицией хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
39.		4.3 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Понятие «Завязка». Здесь завязывается – начинается действие: здесь герои знакомятся друг с другом, между ними либо между ними и какой-то третьей силой возникают конфликты. Драматургом, сценаристом, композитором, хореографом сделаны в развитии сюжета первые шаги, которые впоследствии приведут к кульминации.	Вышедшие на сцену и разместившиеся в определенном рисунке (по прямой линии, полукругом, по диагонали и т.п.) исполнители начинают собственно танец. Они делают более сложные движения, и нам интересно, что произойдет дальше, после этой завязки, как будет развиваться танец. На данном этапе мы будем укладывать получившуюся хореографию в музыку и насыщать ее нюансами. Одновременно интегрируем подготовленную схему в придуманную хореографию: <i>Ускорение – Пауза – Маленькая деталь -Прыжок – Широкое перемещение – Вращение – Пауза – Падение – Спираль – Замедление – Маленькая деталь – Пауза - Прыжок</i>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
40.		4.4 Постановочная работа	Занятие репетиция.	2 часа		Работа над экспозицией и завязкой хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
41.	11.11.24 - 17.11.24	4.5 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	<i>Развитие действия</i> (ряд ступеней перед кульминацией) Количество их и длительность, как правило, определяются динамикой развертывания сюжета.	Это та часть произведения, где развертывается действие. Конфликт, черты которого определились в завязке, обретает напряженность. Ступени перед кульминацией действия могут быть выстроены из нескольких эпизодов. От ступени к ступени динамика сюжета должна	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						нарастать, подводя действие к кульминации. Чтобы движения были точными необходимо добавить фокус внимания. Обязательно уделите этому особое время. можно фокусировать внимание на движении, на части тела, внутри, в даль, в определенную точку на полу, на кулисах или где-то еще.	
42.		4.6 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Проработка танцевальных комбинаций, накладывание их на последовательности действий.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
43.		4.7 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	<i>Понятие «Кульминация»</i> – наивысшая точка развития драматургии хореографического произведения.	Здесь достигает наивысшего эмоционального накала динамика развития сюжета, взаимоотношения героев. Текст – движения, позы в соответствующих ракурсах, жесты, мимика и рисунок – в своем логическом построении приводит к вершине. В бессюжетном хореографическом номере кульминация должна выявляться соответствующим пластическим решением, наиболее интересным рисунком танца, наиболее ярким хореографическим текстом, т.е. композицией танца. Позы и движения, которые выражают определенные состояния, а также расположение в пространстве сцены.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
44.		4.8 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Работа над кульминацией хореографического номера. На этом этапе мы сначала уточним, что соблюли тот рисунок, который задумали. Если он модифицировался, то удостоверимся, что это не просто так, а имеет значение. Мы уже положили хореографию на определенную музыку, добавили паузы, нюансы, уточнили как развивается лейтмотив.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
45.	18.11.24 - 24.11.24	4.9 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Работа над кульминацией хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
46.		4.10 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Работа над кульминацией хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
47.		4.11 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Работа над кульминацией хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
48.		4.12 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых	2 часа	<i>Понятие «Развязка»</i> <i>Развязка</i> Завершает действие. <i>Развязка</i>	Развязка – идейно-нравственный итог сочинения, который зритель должен осознать в процессе	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			работа	знаний; занятие – репетиция		может быть либо мгновенной, резко обрывающей действие и становящейся финалом произведения, либо наоборот, постепенной. Та или иная форма развязки зависит от задачи, которую ставят перед произведением его авторы.	постижения всего происходящего на сцене. Иногда автор подготавливает развязку неожиданно для зрителя, но и эта неожиданность должна быть рождена всем ходом действия. Работаем с последовательностью движений, чтобы еще дальше отодвинуть хореографический номер от тех шаблонов движения, которые неизбежно есть у каждого танцовщика. Строгие и одновременно довольно просторные рамки последовательности стимулируют креативность там, где казалось бы, работа уже закончена.	
49.	25.11.24 - 01.12.24		4.13 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Работа над «развязкой» хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
50.			4.14 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Работа над «развязкой» хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.			4.15 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Соединение всех частей хореографического номера в единый танец.	
52.			4.16 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Соединение всех частей хореографического номера в единый танец. Проработка соединительных связок	Звуковоспроизводящая аппаратура.
53.	02.12.24 - 08.12.24		4.17 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Соединение всех частей хореографического номера в единый танец. Проработка соединительных связок	Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.			4.18 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Соединение всех частей хореографического номера в единый танец. Проработка соединительных связок	Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.			4.19 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Соединение всех частей хореографического номера в единый танец. Проработка соединительных связок	Звуковоспроизводящая аппаратура.
56.			4.20 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Соединение всех частей хореографического номера в единый танец. Проработка соединительных связок	Звуковоспроизводящая аппаратура.
57.	09.12.24 - 15.12.24		5.1 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
58.			5.2 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
59.			5.3 Репетиционная	Занятие репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			работа				хореографического номера	
60.			5.4 Репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
61.	16.12.24 - 22.12.24		5.5 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
62.			5.6 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
63.			5.7 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
64.			5.8 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
65.	23.12.24 - 29.12.24		5.9 Репетиционная работа	Занятие– репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
66.			5.10 Репетиционная работа	Занятие– репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
67.			5.11 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводящая аппаратура.
68.			5.12 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами	Звуковоспроизводящая аппаратура.
69.	30.12.24 – 31.12..24		5.13 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
70.			5.14 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
71.			6.1 Контрольное занятие	Контроль умения применять знания и полученные навыки на практике.	2 часа	Проверка знаний умений и навыков обучающихся полученных за первое полугодие.	Тесты: • Экзерсис у станка • Экзерсис на середине зала • Элементы акробатики Исполнение хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
72.	09.01.25 –		2.16 Учебно-	Занятие применения знаний, умений,	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в	Комплекс упражнений для работы в парах: И.п. стать спиной вплотную друг к другу и	Звуковоспроизводящая аппаратура

	12.01.25		тренировочная работа	навыков; занятие – репетиция.		соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	<p>взяться руки скрестно вверх. Первые номера пружинящие движения руками вперед (1-3). 4. И.п.. Амплитуда движения постепенно увеличивается.</p> <p>И.п. – то же. 1. Первые номера, наклоняясь вперед, отрываются соприкасающегося от пола. 2. И.п. 3 – 4 наклон делают вторые номера.</p> <p>И.п. стать парами лицом друг к другу и взяться за руки подняв их в сторону. 1 – 2 выпад назад разноименными ногами, свободную ногу вперед на носок, руки вперед, спину в верхней части закруглить, голову наклонить вперед. 3 – 4 И.п.</p> <p>И.п. парами стать вплотную боком друг к другу, взяться ближними руками внизу, дальними вверх. 1 – 2 выпад наружу наклоном внутрь. 3 – 4 и.п. Повернувшись кругом выполнить то же с другой ноги.</p> <p>И.п. парами стать вплотную спиной друг к другу, взяться за руки и поднять их в стороны. 1 – 2 руки вверх, выпад вперед разноименной ногой с наклоном назад. 3 – 4 и.п. выполнить то же с другой ноги.</p> <p>И.п. стать на правое колено лицом друг к другу, что бы носки левых ног соприкасались. Взяться правой рукой впереди, левую в сторону назад. 1 – 2 первые номера сед на пятки, наклон вперед, дугой кверху левую руку назад, голову опустить. Вторые номера – сгибая левую ногу в коленном суставе, поставить ее на носок и перенести на нее тяжесть тела, наклон назад, дугой к низу левую руку вверх. 3 – 4 и.п.</p> <p>И.п. – упор стоя на коленях, руки и бедра перпендикулярны полу. 1 – 2 округлить спину, голову опустить, 3 – 4 голову наклонить назад, прогнуть спину, руки не сгибать. Сначала делать движение плавно, затем резко на один счет и удерживать принятое положение 2, 3 счета.</p> <p>И.п. стойка ноги врозь, руки вверх. 1 – 2 наклон вперед, взяться с тыльной стороны за голени и постараться головой коснуться ног. 3 – 4</p>	аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
73.			2.17 Учебно-тренировочная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п.	Обязательные элементы для выполнения: «Мост». И.п.- стойка, ноги врозь, руки вверх. Выполнить мост с максимальным прогибанием. Измерить расстояние от пяток до конца третьего пальца рук.	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая

					<p>выполняются обязательные упражнения. Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.</p>	<p>«Складка, сидя на полу». И.п.- сед, ноги вместе. Выполнить наклон вперед. Фиксация положения 5 счетов.</p> <p>«Наклон вперед, стоя на скамейке». И.п.- стойка на скамейке. Выполнить наклон вперед-вниз, стараясь дотянуться руками до пола. Измерить расстояние от плоскости скамейки до конца третьего пальца руки.</p> <p>«Шпагат с опоры». Выполнить шпагат на правую (левую) ногу с опоры. Измерить расстояние от пятки до пола.</p> <p>«Перевод палки». Перевод гимнастической палки с сантиметровой разметкой спереди назад и обратно. Измерить расстояние между кистями рук при выкруте палки прямыми руками.</p> <p>И.п. – лежа на животе. Прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног. Измеряется расстояние между лбом и стопами.</p> <p>«Поднимание туловища назад». Из положения лежа на животе, ноги закреплены на ширине плеч, руки вверх в замок. Поднимание туловища до вертикали. 15 повторений движения.</p> <p>Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на всей ступне. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах.</p> <p>Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на полупальце. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах.</p> <p>Прыжки через скакалку на двух ногах с прямыми ногами в воздухе. Без учета времени.</p> <p>Комплекс упражнений для работы в парах</p>	<p>резина, блок для йоги.</p>
74.		2.18 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Понятие «устойчивость».</p> <p>Кинетические процессы, происходящие в теле, при потере устойчивости. Выделение мышц, которые помогают сохранить устойчивость.</p>	<p>Работа над устойчивостью в основных классических позах:</p> <p>croise`евперед (attitude crois`евперед)</p> <p>croise`еназад (attitude croise`еназад)</p> <p>efface`евперед (attitude efface`евперед)</p> <p>efface`еназад (attitude efface`еназад)</p> <p>I arabesque</p> <p>11 arabesque</p>	<p>Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.</p>

							III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	
75.	13.01.25 - 19.01.25		2.19 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «классическая поза». Художественная манера, стиль, образ выполнения поз. Мышечное ощущение выполнения поз.	Работа над устойчивостью в основных классических позах: croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназади (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназади (attitude efface`еназад) I arabesque II arabesque III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
76.			2.20 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
77.			2.21 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
78.			2.22 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Классические позы: малые позы — с работающей ногой на полу; средние позы — с работающей ногой на высоте 45", большие позы — с работающей ногой на 90° и выше.	Работа над устойчивостью в основных классических позах: croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназади (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназади (attitude efface`еназад) I arabesque II arabesque III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
79.	20.01.25 –		2.23 Учебно-	Занятие повторение; занятие –	2 часа		Работа над устойчивостью в основных классических позах:	Звуковоспроизводящая аппаратура.

	26.01.25		тренировочная работа	репетиция.			croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназад (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназад (attitude efface`еназад) I arabesque II arabesque III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
80.			2.24 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
81.			2.25 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
82.			3.21 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	При работе в паре самое главное —непосредственность, ощущение правды и, конечно же, проявления индивидуальности, собственного «Я». Хореография в стиле контемпорари.	"Зеркало 2" В каждой паре ведущий движется и партнер отзеркаливает его движения. Танцоры меняются ролями и повторяют упражнение. "Зеркальное отражение с вариациями движения" Ведущий делает несколько движений, которые легко отзеркалить и несколько движений более трудных для отражения. Когда движение становится слишком быстрым или сложным, чтобы отразить его в точности, ведомый может выполнять их последовательность или сократить движение или создать <i>Вариация</i> Танцоры делятся на группы по три или четыре. В каждой группе один танцор становится ведущим, в то время как другие отзеркаливают с вариациями движения. Ведомые могут найти способ реагировать на вариации каждого из них. "Групповое зеркало" <i>Подготовка</i> Линия, пересекающая центр пространства, обозначает зеркало. Ее можно нарисовать мелом	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							или положить ленту для наглядности. Все ведущие начинают с одной стороны зеркала, а их партнеры - на противоположной. Ведущие двигаются, их партнеры отзеркаливают так точно, как могут. Ведущие могут взаимодействовать друг с другом, обращая особое внимание на пространственную согласованность группы в целом. Унисон.	
83.	27.01.25 - 02.02.25		3.22 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Передать заданную педагогом эмоциональную окраску через пластику тела.	"Зеркало 2" В каждой паре ведущий движется и партнер отзеркаливает его движения. Танцоры меняются ролями и повторяют упражнение. "Зеркальное отражение с вариациями движения" Ведущий делает несколько движений, которые легко отзеркалить и несколько движений более трудных для отражения. Когда движение становится слишком быстрым или сложным, чтобы отразить его в точности, ведомый может выполнять их последовательность или сократить движение или создать <i>Вариация</i> Танцоры делятся на группы по три или четыре. В каждой группе один танцор становится ведущим, в то время как другие отзеркаливают с вариациями движения. Ведомые могут найти способ реагировать на вариации каждого из них. "Групповое зеркало" <i>Подготовка</i> Линия, пересекающая центр пространства, обозначает зеркало. Ее можно нарисовать мелом или положить ленту для наглядности. Все ведущие начинают с одной стороны зеркала, а их партнеры - на противоположной. Ведущие двигаются, их партнеры отзеркаливают так точно, как могут. Ведущие могут взаимодействовать друг с другом, обращая особое внимание на пространственную согласованность группы в целом. Унисон	Звуковоспроизводящая аппаратура.
84.			3.23 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Иногда ведущий движется так, чтобы партнер мог повторить все в точности. Иногда он может двигаться быстро или с акцентами. Ведомый не должен позволить этому смутить себя, но	"Зеркало 2" В каждой паре ведущий движется и партнер отзеркаливает его движения. Танцоры меняются ролями и повторяют упражнение. "Зеркальное отражение с вариациями движения" Ведущий делает несколько движений, которые	Звуковоспроизводящая аппаратура.

					<p>должен отзеркалить и эти изменения, уверенно создавая ритмическую вариацию. Что бы танцор ни выбрал отзеркаливая движения ведущего, он должен поддерживать полноту и непрерывность движения на всем протяжении танца. Замечая реакции своих ведомых, ведущему легче решить, когда повторять движения, а когда вводить новые мотивы. Ведущий может меняться ролями с партнером всякий раз, когда захочет, приблизившись к зеркалу, дотронувшись ладонью до ладони партнера и поменявшись местами через зеркало. Таким образом, все ведущие всегда остаются по одну сторону зеркала.</p>	<p>легко отзеркалить и несколько движений более трудных для отражения. Когда движение становится слишком быстрым или сложным, чтобы отразить его в точности, ведомый может выполнять их последовательность или сократить движение или создать</p> <p><i>Вариация</i> Танцоры делятся на группы по три или четыре. В каждой группе один танцор становится ведущим, в то время как другие отзеркаливают с вариациями движения. Ведомые могут найти также способ реагировать на вариации каждого из них.</p> <p>"Групповое зеркало"</p> <p><i>Подготовка</i> Линия, пересекающая центр пространства, обозначает зеркало. Ее можно нарисовать мелом или положить ленту для наглядности. Все ведущие начинают с одной стороны зеркала, а их партнеры - на противоположной. Ведущие двигаются, их партнеры отзеркаливают так точно, как могут. Ведущие могут взаимодействовать друг с другом, обращая особое внимание на пространственную согласованность группы в целом.</p> <p>Унисон.</p>	
85.		3.24 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	<p>Прежде чем приступить к выполнению первого упражнения, которое заложит основу для дальнейшей работы, дайте себе 10-15 минут, чтобы настроиться. Внимание! Не размяться (это нужно сделать заранее), а настроиться! Только после подготовительного упражнения Вы будете готовы приступить к работе.</p>	<p>Включите спокойную музыку и лягте на пол. Одну минут наблюдайте за своим дыханием, за тем, какие движения в теле оно порождает. Ничего специально делать не нужно, только наблюдать. Сохраняйте свое внимание и присутствие, не улетайте мыслями к другим делам. Через несколько минут начните вниманием скользить по своему телу от пальцев ног до макушки, медленно проверяя каждый уголок, каждую косточку и сустав. Проведите маленькое исследование на тему того, как сейчас себя чувствует тело, где что-то болит, где тянет или давит, где, наоборот, все хорошо. Поищите те части тела, которые до сих пор не расслабились и расслабьте их. Скорее всего, это будет лицо, веки, нижняя челюсть, плечевые суставы, нижняя часть спины. У каждого человека свои зажимы, поищите свои.</p> <p>После того как все тело будет просканировано, спросите себя, хочется ли Вам изменить позицию,</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							свернуться на бок, сесть. Может быть, хочется начать движение. Если это так, начните делать что-то очень простое и приятное, что доставит удовольствие. Если двигаться не хочется, оставайтесь в спокойном состоянии и продолжайте наблюдать.	
86.			3.25 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Понятие «Партнеринг» – это техника, основанная на силовых поддержках, когда два человека перемещаются в пространстве, вместе, в соприкосновении друг с другом, в телесном контакте.	Например: двое начинают импровизировать, ощущать друг друга в движении, учатся передавать и принимать свой вес и вес своего партнёра. Партнеринг может исполняться в дуэтной форме, тогда двое могут двигаться так, как им хочется, как они чувствуют друг друга, при этом перемещаясь в пространстве, в разных уровнях. Они импровизируют, общаясь на языке прикосновений, вращаются, переносят друг друга, используя все поверхности тела для поддержки собственного веса и веса партнёра, и сохраняя мягкость, и бережное отношение друг к другу, прислушиваясь к настрою партнёра.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
87.	03.02.25 – 09.02.25		3.26 Основы импровизации	Занятие – репетиция.	2 часа	По мере осознания ощущений веса, инерции и баланса танцоры учатся расслабляться, освобождаться от лишнего мышечного напряжения и отказываться от намерений и установок, противоречащих естественному ходу вещей.	Работа с партнером. Важно не обдумывать, интерпретировать или анализировать свой танец, но исследовать с партнёром возможности совместного творчества, раскрывая естественные двигательные возможности тела и получая от этого удовольствие.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
88.			3.27 Основы импровизации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Контактная импровизация – это спонтанность, путь, способ общения партнёров друг с другом на языке тела.	Упражнение в парах: « Поток ». Один партнер прикасается к другому, как вода, задача второго партнера, отодвинуть воду от себя. Постепенно, увеличиваем силу прикосновения, и увеличивается степень нагрузки мышц, при отодвигании партнера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
89.			3.28 Основы импровизации	Занятие репетиция.	2 часа		Упражнение в парах: « Поток ».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
90.			3.29 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Понятие «Парение» - Это не напряжение мышц, а наоборот - их расслабление. Парение даёт возможность почувствовать себя легким, воздушным, свободным (в том числе и в голове). Так движения становятся более мягкими, плавными.	Упражнение « Парение ». Партнер 1 задает направление движения, прикасаясь к различным частям тела партнера 2. Второй партнер, не облокачивается, а старается следовать заданному вектору движения. Затем, партнер 1 отходит в сторону, а партнер 2 старается продолжить движения, пытаясь понять внутри своего тела, как оно работает.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
91.	10.02.25 –		3.30 Основы	Занятие репетиция.	2 часа		Упражнение « Парение ».	Звуковоспроизводящая аппаратура.

	16.02.25		импровизации					
92.			3.31 Основы импровизации	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Найти и задействовать мышцы, которые помогают мышцам двигаться в потоке и против него.	Переключение движения «поток» и «парение».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
93.			3.32 Основы импровизации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнение « магнит ». Один из партнеров магнит. Он показывает точку, которую притягивает к себе. Задача второго партнера, максимально растягивая мышцы притягиваемой конечности и начиная движение от самого дальнего агента дотянуться до магнита.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
94.			3.33 Основы импровизации	Занятие – репетиция.	2 часа	.	Упражнение «парение», «поток», «магнит».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
95.	17.02.25 – 23.02.25		3.34 Основы импровизации	Занятие репетиция.	2 часа		Упражнение «парение», «поток», «магнит».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
96.			3.35 Основы импровизации	Занятие репетиция.	2 часа		Упражнение «парение», «поток», «магнит».	Звуковоспроизводящая аппаратура.
97.			4.21 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Суть метода: отказаться от попытки придумать танец головой, стоя перед зеркалом. Вместо этого, подходим к процессу создания хореографии как к исследованию движений, которые может создать тело.	Исследовательский метод постановки хореографических комбинаций. Он полностью построен на импровизации, из которой мы, двигаясь небольшими шагами, собираем хореографический текст. При этом хореография будет органична телу исполнителя, даже если она будет сложной, потому что она появится естественным образом из того, к чему тело уже готово. Чем техничнее тело исполнителя, тем точнее и ярче будет хореография.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
98.			4.22 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Главное что можно создавать действительно уникальную хореографию, а не использовать привычные паттерны из классов и экзерсисов.	Во-первых, необходимо отказаться от работы с зеркалом. Нельзя отвлекаться в процессе работы на то, как Вы сейчас выглядите. Вместо зеркала используем видео камеру, чтобы отсматривать сырой импровизационный материал.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
99.	24.02.25 – 02.03.25		4.23 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Обязательно выполнение подготовительных упражнений. Не смотреть на себя в зеркало, чтобы не портить свой процесс внешними оценками и лишними мыслями.	Включаем музыку, желательную незнакомую, и поставьте видео камеру на запись. Закройте глаза и начните исследование. Запустите выбранную пару действий в тело, и позвольте ему трактовать их, как захочется. Как только одно из возможных движений будет освоено, понято, переключайтесь на следующее. Работайте с закрытыми глазами, чтобы глубже погрузиться в свое исследование. Через 10-15 минут, когда найдете 7-10 интересных для себя движений, направьте свое	Звуковоспроизводящая аппаратура. Видеокамера

						внимание на возможные эмоциональные окраски этих движений. Протанцуйте их несколько раз подряд. Полностью сосредоточьтесь на эмоциях и образах, которые сопровождают движения. Протанцуйте эти движения под разные музыкальные композиции. Наблюдайте, меняются ли эмоции и образы при смене музыки и сохранении движений?	
100		4.24 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Просматривая видеозапись своей импровизации, которую сделали на первом этапе, скорее всего, заметите движения, которые не вошли в итоговый набор. Если они кажутся интересными и уместными, попробуем воссоздать их. Некоторые спонтанные импровизационные движения оказываются технически сложными.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
101		4.25 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	При работе с видеозаписью также обратите внимание на то, какой образно-эмоциональный ряд вызывает Ваш танец у Вас при просмотре. Совпадают ли ощущения с тем, что Вы чувствовали, когда танцевали?	Ощущения от просмотра видеозаписи импровизации могут совпадать или совсем не совпадать с чувствами, когда танцевали. И то, и другое не будет являться ошибкой, но материалом для дальнейшей работы, к которому мы вернемся на следующих этапах. Позвольте себе пока что быть простым наблюдателем за самим собой, который обращает внимание на все детали, но не критикует, полностью принимает происходящее, как правильный рабочий процесс и не стремится что-то исправлять. На начальных этапах работы это может навредить процессу проявления глубинного свойственного только исполнителю хореографического языка.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
102		4.26 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Только после подготовительного упражнения тело и сознание будут в необходимом творческом состоянии. В основу импровизации можно положить «абстрактное действие» (таит в себе бездну смыслов и чувств, которыми тело и душа его наделит в зависимости от жизненного опыта исполнителя и уровня честности с собой). Выбираем для исследования и основы одну из пар действий, которая покажется более созвучной:	Подготовительное упражнение. Вспомните движения, которые нашли в прошлый раз, вспомните образно-эмоциональный ряд, который им соответствует. Станцуйте их 2-3 раза под разные музыкальные композиции. Какую из пар слов Вы выбрали, в качестве основной темы для соло? Теперь исследуйте, как эти действия могут проявить себя не во всем теле, а только в руках. Закройте глаза и разрешите рукам действовать. Используйте все руки полностью от плеча, затем только кисти, только локти, только плечи. Попробуйте найти максимальное количество возможных вариаций только для рук (не менее 10 движений). Откройте глаза, посмотрите, как выглядят эти движения. Придумайте еще 10 движений уже с открытыми глазами,	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<ul style="list-style-type: none"> • Сжатие и раскрытие • Прорастание и увядание • Открытие и закрытие • Поиск и потеря опоры • Набор и сброс • Запутывание и распутывание 	отталкиваясь от формы рук, возможностей суставов, ощущений кожи. Не забывайте, что исследуете движения рук только внутри рамок, которые задает пара слов.	
103	03.03.25 – 09.03.25		4.27 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Только после подготовительного упражнения тело и сознание будут в необходимом творческом состоянии.	Прodelать все это упражнение еще раз, но для ног. Найдите не менее 20 вариаций, отражающих выбранную тему.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
104			4.28 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Только после подготовительного упражнения тело и сознание будут в необходимом творческом состоянии.	Упражнение необходимо проделать для корпуса. Используйте позвоночник, грудную клетку, лопатки, таз. Эта задача может показаться довольно сложной, если у Вас нет большого опыта артикуляции частями корпуса. Подвижность позвоночника, гибкость грудной клетки, свободный и мягкий таз делают современную хореографию необыкновенно завораживающей, поэтому необходимо обратить на это упражнение особенное внимание.	
105			4.29 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Вы сможете найти массу тонких, но очень ярких и точных акцентов, которые в дальнейшем будут приковывать внимание зрителя к Вашему танцу, поэтому отпустите себя в любые возможные эксперименты и забудьте о том, «как надо танцевать».	В следующем упражнении исследуем возможности для движения на лице и голове в рамках выбранной концепции. Используйте руки и любые другие части тела во взаимодействии с головой, лицом, волосами. В этом исследовании	Звуковоспроизводящая аппаратура.
106			4.30 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Понятия «лейтмотив» Выбирать движения для лейтмотива необходимо основываясь на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • удовольствии от исполнения движения, • точном соответствии выбранной концепции и тому, как она воплотилась в вашем образно-эмоциональном мире. <p>Понятие «рисунок танца» Перемещение - это направление движение и отрезок, который Вы проходите.</p>	<p>Составляем лейтмотив: простую последовательность не более чем на 8 счетов из тех элементов, которые появились. Используем руки, голову и верхнюю часть тела, чтобы освободить ноги для перемещений.</p> <p>Составляем рисунок танца. Отвечаем на вопрос в соответствии с выбранной темой (используем пару слов): Откуда идем? и куда хотим прийти? Экспозиция и финал будут двумя точками. Первая точка – то, откуда идете, вторая – то, куда стремитесь. Это позы, которые выражают определенные состояния, а также расположение в пространстве сцены.</p> <p>Завязка, развитие и кульминация – это три основных части. Для того, чтобы начать</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							выстраивать определенную хореографию, нужно понять, какие три основных перемещения нужно совершить, чтобы прийти из точки экспозиции в точку финала. Прежде всего, структурируем предстоящий процесс создания хореографии для всего номера. Благодаря предыдущим этапам уже есть общая концепция движения, лейтмотив соло и набор лексического материала, примерно представляете, как хотите передвигаться по сцене, и подобраны несколько музыкальных композиций.	
107	10.03.25 – 16.03.25		4.31 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Чтобы движения были точными необходимо добавить «фокус внимания» (это то, куда вы смотрите в тот или иной момент). Есть две распространенные ошибки – смотреть все время себе под ноги или в зрительный зал. В то время как можно фокусировать внимание на движении, на части тела, внутри, в даль, в определенную точку на полу, на кулисах или где-то еще. Фокус внимания – это направление Вашей энергии	Уточняем, что соблюли тот рисунок, который задумали. Если он модифицировался, то удостоверимся, что это не просто так, а имеет значение. Перекладываем хореографию на определенную музыку, добавляем паузы, нюансы, уточняем как развивается лейтмотив. Точно распределяем свое внимание во время каждого движения, особенно, во время пауз и замедлений. Пройдите свой номер без музыки и уточняем, где должно быть внимание во время каждого движения, исходя из истории, своих ощущений в этой истории. Постарайтесь сохранить уровень внимания при работе под музыку. Распределение внимания может замедлить скорость движения, удлинить паузы, и это будет хорошо.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
108			4.32 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
109			4.33 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
110			4.34 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
111	17.03.25 – 23.03.25		4.35 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие –	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

				репетиция.				
112			4.36 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
113			4.37 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
114			4.38 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
115	24.03.25 – 30.03.25		4.39 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
116			4.40 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
117			5.15 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
118			5.16 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
119	31.03.25 – 06.04.25		5.17 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
120			5.18 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
121			5.19 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
122			5.20	Занятие применения	2 часа		Репетиционная работа над концертными	Звуковоспроизводяща

			Репетиционная работа	знаний, умений, навыков			номераи.	я аппаратура.
138			5.36 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
139	05.05.25 – 11.05.25		5.37 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
140			5.38 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
141			5.39 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
142			5.40 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
143		12.05.25 – 18.05.25		5.41 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.
144			6.2 Контрольное занятие	Контроль знаний обучающихся	2 часа	Контрольное занятие проводится в виде отчетного концерта.	Участие группы в Отчетном концерте коллектива.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
Всего: 288 часа								

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от « 30 » августа 2024 г.
Протокол № 1



Рабочая программа, разработанная на основе дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец. Первые шаги»,
автор Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 3 – 6 лет

Автор:
Краевская Анна Андреевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа, разработанная на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец. Первые шаги».

Год обучения по программе – 1 год.

Цель: *развитие музыкально-ритмических движений ребенка в процессе обучения искусству хореографии для дальнейшего обучения в ансамбле «Сувенир».*

Задачи:

Обучающие:

- пробуждать интерес к танцевальному искусству;
- дать понятия названиям выполнения упражнений ритмики, обучать танцевальной азбуке;
- учить ориентироваться в музыкально-пространственных упражнениях;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; обучать простейшим элементам партерной хореографии.

Развивающие:

- развивать танцевальную память и воображение;
- развивать опорно-двигательную систему детей, соответствующую требованиям хореографического искусства;
- формировать качества личности: терпение, настойчивость, трудолюбие, работоспособность, доброжелательность;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- учить соблюдать правила поведения в хореографическом зале, учреждении;
- прививать аккуратность, опрятность, культуру поведения;
- воспитывать чувства прекрасного.

Здоровьесберегающие:

- формировать привычку здорового образа жизни;
- соблюдать правильную осанку.

Формы и режим занятий:

Подготовительный курс (1-й год обучения, возраст 3-4 года) – 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год); продолжительность 1 занятия 30 минут.

Методика работы по программе предполагает формы обучения в дистанционном образовательном пространстве.

Учебный материал состоит из следующих компонентов: *файлы, содержащие музыкальные материалы в соответствии с программой; видеоролики; танцевальные схематичные (ритмические рисунки) в виде презентации.*

Образовательный процесс, соответствующий содержанию программы, может транслироваться в сети Enternet, в режиме *Online* – изменяя структуру занятия, способы взаимодействия педагога и учащегося, организацию информационно-образовательной среды учебного процесса, когда учащиеся, имеют доступ к учебным материалам, в виде (*видео ролики, тематические презентации, тематические музыкальные файлы-записи*), которые педагог

использует непосредственно на занятии. Выполнять задание педагога, учащиеся могут, в режиме отложенного времени (offline-занятия), с предоставлением ему – результатов танцевальной учебно-тренировочной работы. Педагог может транслировать свою учебную деятельность (*onlin-чат, через мессенджеры*), проверяя задания и корректируя работу учащихся, предоставляя интересную информацию по вопросам лучших образцов танцевального искусства. При выполнении задания, учащиеся могут обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом *в чате*.

Ожидаемые результаты

К концу первого года обучения учащиеся должны

знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- правила поведения на сцене, во время занятий, в учреждении;

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки, друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики.

В процессе обучения знания и навыки, полученные на I году, закрепляются через постановочно-репетиционную работу.

Формы подведения итогов:

- выступление детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговые занятия;
- открытые занятия для родителей.

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец. Первые шаги»
1 год обучения
2024– 2025 учебный год**

№ п / п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Цели и задачи нового учебного года. Содержание и форма занятий. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим. Инструктаж по технике безопасности (правила поведения в танцевальном классе и во Дворце детского творчества). Правила дорожного движения.	Изучение выполнения поклона. Ритмическая игра комары. Комплекс для рук и ног «Куклы – марионетки». Танцевальная игра «Знакомство»	Беседа о культуре (культура тела, одежды, прически, поведения).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			2.1 Ритмика и танцевальна	Занятие – изучение новых	2 часа	Понятия «начало» и «конец» музыкальной	Выполнение разминки. Разучивание поклона. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг,		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

			я азбука.	знаний		фразы, «ритм».	высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. Положение корпуса: игра «старушки и принцессы». Упражнение «куклы марионетки» .		
3.	09.09.24 – 15.09.24		2.2 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие - репетиция	2 часа		Выполнение разминки. Разучивание поклона. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг, высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. корпуса: игра «старушки и принцессы». Упражнение «куклы марионетки» .		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители для ног.
4.			2.3 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – репетиция	2 часа		Выполнение разминки. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг, высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. Положение корпуса: игра «старушки и принцессы». Упражнение «куклы марионетки» .		Звуковоспроизводящая аппаратура;
5.	16.09.24 - 22.09.24		2.4 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучения новых знаний	2 часа	Необходимо четко проговаривать стихи или слова в играх, синхронизируя их с движениями.	Разминка. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг, высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. Речевые игры, которые способствуют ритмическому ощущению речи и музыки: (с хлопками). Сел сверчок на шесток, Таракан – в уголок. Сели-посидели. Песенку запели. Услыхали ложки-вытянули ножки. Услыхали калачи- Да попрыгали с печи подпевать, Подпевать да танцевать! Как без дудки, без дуды, Ходят ноги не туды. А как дудочку		Звуковоспроизводящая аппаратура;

						<p>почуют, Сами ноженьки танцуют. Журавли пошли плясать, Долги ноги выставлять. Бух, бух, бух.</p> <p>Выстукиваем ритм ударами локтей и суставами согнутых пальцев по столу.</p> <p>Ай, туки, туки, туки, Застучали молотки. Застучали молотки Заиграли в локотки: Тук- ток, тук-ток, Скоро.....</p>		
6.		2.5 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Добиться полной концентрации внимания на словах и действиях педагога. Конкретные четкие указания, воплощение двигательных образов и их повторение.	<p>Разминка по кругу. Бег на всей ступне (с высоким подъемом колена вперед, с забросом колена назад); подскоки, перескоки; галоп;</p> <p>«Встав в один огромный круг, возьмемся за руки. Споем всех веселей вокруг, Поднимем руки высоко, потом опустим вниз, помашем и сказав «Привет!», улыбку пустим ввысь.»</p> <p>Игра: большой и маленький. Ритмические хлопки до 8 счетов, начиная с 1 хлопка, затем 2 ... , считаем вслух.</p> <p>Танцевальная игра «хлопки и шаги». Чередуем счет с хлопками и маршировку. Все на 8 счетов.</p>	Лекция на тему: формирование доброжелательного отношения друг к другу.	Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты
7.	23.09.24 - 29.09.24	2.6 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа	Пение с элементами разминки, движениями выполняемыми всем телом, хлопками и маршировкой	<p>Разминка по кругу. «Встав в один огромный круг, возьмемся за руки. Споем всех веселей вокруг, Поднимем руки высоко, потом опустим вниз, помашем и сказав «Привет!», улыбку пустим ввысь.»</p> <p>Игра: большой и маленький. Ритмические хлопки до 8 счетов,</p>		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

							начиная с 1 хлопка, затем 2 ... ,считаем вслух. Танцевальная игра «хлопки и шаги». Чередуем счет с хлопками и маршировку. Все на 8 счетов. Делим воспитанников на 2 части и играем по очереди, а остальные смотрят.		
8.		2.7 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие - репетиция	2 часа	При каждом последующем выполнении или разучивании движений, постепенно увеличивается амплитуда движения.	Разминка. Встать по кругу выполняем упражнения произнося стихи и дотрагиваясь до : «Голова и плечи, колени и носки, колени и носки, колени и носки, Голова и плечи, колени и носки, весело и дружно делаем хлопки!». Игра маленькие мячики.		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты.	
9.	30.09.24 - 06.10.24	2.8 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «подскок»	Разминка. Встать по кругу выполняем упражнения произнося стихи и дотрагиваясь до : «Голова и плечи, колени и носки, колени и носки, колени и носки, Голова и плечи, колени и носки, весело и дружно делаем хлопки!». Игра маленькие мячики.		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты.	
10.		2.9 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа	Понятие «Форма» Формируем навык принимать позы, выполнять движения и понимать как функционируют отдельные части тела.	Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя.		Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты.	
11.	07.10.24 - 13.10.24	2.10 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие - репетиция	2 часа		Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя.		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты.	

							Принимать позы держа и изменяя из самостоятельно, без подаваемых команд. Танцевальная игра: «статичные позы и движения»		
12.			2.11 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя. Принимать позы держа и изменяя из самостоятельно, без подаваемых команд. Танцевальная игра: «статичные позы и движения»		Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты.
13.	14.10.24 - 20.10.24		2.12 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя. Принимать позы держа и изменяя из самостоятельно, без подаваемых команд. Танцевальная игра: «статичные позы и движения»		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты.
14.			3.1 Партерная хореография	Занятие - репетиция	2 часа	Упражнения выполняются лежа и сидя, с опорой на руки и на локти. При выполнении упражнений на полу важно сохранять ритм дыхания, не задерживая его. В упражнениях сидя и лежа все	Для развития координации, силы мышц ног и пресса: - одновременное и поочередное сгибание ног из облегченных и. п.; - отведение, приведение и круговые движения в голеностопных суставах; - захватывание и передвижение предметов (скакалок, мягких		Звуковоспроизводящая аппаратура.

						элементы должны выполняться с постепенным увеличением амплитуды без посторонней помощи.	игрушек и гимнастических палочек) пальцами ног; - сгибание и разгибание ног (свободное, с сопротивлением и с отягощением) в коленных и тазобедренных суставах; - максимальное растягивание и расслабление ног; - маховые и круговые движения из различных и. п.; - упражнения в седе для развития выворотности ног, выполняемые самостоятельно и с помощью; - пассивное растягивание с помощью партнера или учителя. Растяжка.		
15.	21.10.24 - 27.10.24		3.2 Партерная хореография	занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики;
16.			3.3 Партерная хореография	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка		Звуковоспроизводящая аппаратура.
17.	28.10.24 - 03.11.24		3.4 Партерная хореография	Занятие - репетиция	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики;
18.			3.5 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
19.	04.11.24 - 10.11.24		3.6 Партерная хореография	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Упражнения для развития гибкости спины: -«лодочка» - и.п. лежа на животе: прогибание поясницы с одноименным и разноименным подниманием рук и		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						<p>ног;</p> <p>- «ящерица» - и.п. лежа на животе: руки в упор перед грудью, ноги прижаты к полу, сильно выпрямлены и сведены. Поднимание верхней части тела, таз и ноги остаются неподвижными;</p> <p>- «скорпион» - и.п. лежа на животе: руки в упор перед грудью, ноги согнуты в коленях так чтобы пяточки доставали до лба. Подъем сильно вытянут.</p> <p>- «рыбка» - и.п. лежа на животе: поднимание рывком верхней части тела без помощи рук, таз и ноги остаются неподвижными;</p> <p>- «корзиночка» - и.п. лежа на животе: зажать щиколотку руками и вытянуть вверх;</p> <p>- «коробочка» - и.п. лежа на животе: поднимаем верхнюю часть тела, одновременно сгибая колени (стараясь глазами увидеть пятки).</p> <p>Растяжка.</p>		
20.		3.7 Партерная хореография	Занятие - репетиция	2 часа		Упражнения для развития гибкости спины. Растяжка.		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
21.	11.11.24 - 17.11.24	3.8 Партерная хореография	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития гибкости спины. Растяжка.		Звуковоспроизводя щая аппаратура; коврики;

22.			5.1 сюжетно-игровое занятие	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Сценарий: «зоопарк»		Звуковоспроизводящая аппаратура.
23.	18.11.24 - 24.11.24		5.2 сюжетно-игровое занятие	Занятие - репетиция	2 часа		Сценарий: «Поедем в лес!»		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики;
24.			5.3 сюжетно-игровое занятие	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Сценарий «Сказка»		Звуковоспроизводящая аппаратура.
25.	25.11.24 - 01.12.24		5.4 сюжетно-игровое занятие	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Сценарий «Времена года».		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики;
26.			4.1 Танцевальные этюды.	Занятие - репетиция	2 часа	Перед детьми ставится задача. Затем все вместе отвечаем на вопросы: Как работают отдельные части тела?, Где мы будем танцевать? Как выполняются движения? С кум мы танцуем?	«Ветер и листья». Всему телу придается форма листа; как двигаются листья в полете; что могут делать листья в полете; с кем и с чем взаимодействуют листья, пока летят. «Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» — ползание на коленях.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
27.	02.12.24 - 08.12.24		4.2 Танцевальные этюды.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Обучение навыкам ориентации в пространстве и пониманию, что можно двигаться, не только в пределах персонального пространства, но и по всему залу, не мешая	Парный танцевальный этюд «воздушные шары» первые номера остаются в воздушном шаре, стараются оттолкнуться от партнера во всех направлениях, вторые номера передвигаются по залу. Вместе они должны сохранить пространство своего воздушного шара		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						друг другу.			
28.			4.3 Танцевальные этюды.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		«Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» — ползание на коленях.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
29.	09.12.24 - 15.12.24		4.4 Танцевальные этюды.	Занятие - репетиция	2 часа		«Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» — ползание на коленях.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
30.			6.1 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Ознакомление детей с танцем «По малину в сад пойдем» элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
31.	16.12.24 - 22.12.24		6.2 изучение элементов и связок различных танцев...	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Ознакомление детей с танцем «По малину в сад пойдем» элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки.		Звуковоспроизводящая аппаратура. коврики; утяжелители для ног.
32.			6.3 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие - репетиция	2 часа	Разбор направления движения: право, лево. Основные 8 точек класса, по которым ориентироваться.	Проучивание основных элементов танца: элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки. Переменный шаг.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
33.	23.12.24 - 29.12.24		6.4 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Проучивание основных элементов танца: элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки. Переменный шаг.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
34.			6.5 изучение элементов и	Занятие – изучение новых	2 часа		Проучивание основных элементов танца: элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки.		Звуковоспроизводящая аппаратура.

			связок различных танцев.	знаний			Переменный шаг.		
35.	30.12.24 – 12.01..25		6.6 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие – изучение новых знаний	2 часа	Разучивание элементов в медленном темпе под счет.	Ознакомление детей с танцем Полька: галоп со сменой мест, подскоки на месте с хлопками, бег по кругу, галоп, притопы, повороты вокруг себя, выполнение элементов Польки в парах (положение лицом друг к другу- лодочка), комбинация притопов, хлопковые комбинации		Звуковоспроизводящая аппаратура.
36.			5.1 Итоговое занятие	Контрольн ое занятие	2 часа		Открытый урок для родителей.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
37.	13.01.25 – 19.01.25		2.13 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа		Изучение основных позиций рук в хореографии. На основе стихов: совушка, карапуз, снеговик. Изучение техники выполнения плие, на основе стихов: качели. Изучение техники выполнения тондю, на основе стихов: ботинки, марионетки.		Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты.
38.			2.14 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Упражнения для рук, кистей и пальцев: руки в стороны; вверх; вперед; вперед – вверх; в сторону – вверх; перед грудью; к плечам; за голову; за спину. Поднимание рук вперед, в сторону, вверх с максимальным напряжением мышц, вполсилы и с минимальным напряжением мышц. Сгибание и выпрямление рук с различным по характеру мышечным напряжением. Чередование напряжения с		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						<p>расслаблением. Плавное поднимание рук, имитирующее стекание водички, плавное опускание рук, имитирующее глажение кошечки. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной. Вращательные движения кистей с различной амплитудой и силой. Выполнение пальчиковой гимнастики с одновременным проговариванием стихов. Упражнения: для кистей рук (сгибание вниз и вверх, отведение вправо и влево, круговые вращения); для рук (круговые движения руками, расслабление мышц плечевого пояса, круговые движения плечами, напряжение и расслабление мышц рук)</p> <p>Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление», поочередное поднятие плеч, положение рук: на поясе и внизу. Выполнение круговых движений плечами, одноименное и разноименное.</p>	
39.	20.01.25 - 26.01.25		2.15 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие - репетиция	2 часа	<p>Упражнения для головы: «подушечка», повороты головы профиль и анфас, полукруг плавный и с акцентом, «голуби».</p> <p>Упражнения для корпуса: наклоны вперед с прямой спиной</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты

						<p>(прогнувшись), с максимальным сгибанием тела (до касания ладонями пола, и грудью ног). Наклоны туловища медленно и быстро. Перегибы корпуса вправо и в лево. Наклоны туловища медленно и быстро (с максимальным и минимальным напряжением мышц), наклоны туловища вперед со сгибанием ног и работой руками, скручивания туловища в стойке ноги врозь из исходных положений.</p> <p>Упражнения для ног и стоп: для ног (напряжение и расслабление мышц ног, перенесение тяжести тела с пятки на носки и обратно); для ступней ног (сгибание и разгибание в подъеме, отведение наружу и внутрь, круговые вращения внутрь и наружу). Стойка ноги врозь, на носках, на одной ноге. Во второй и первой позициях с опорой руками на станок. «Пружинка» (плие) быстро и медленно. Поднимание ног стоя, сидя и лежа. Шпагаты: прямой правой и левой вперед.</p> <p>Ходьба: детей необходимо учить ходить под музыку с соблюдением дистанции, правильности постановки ноги в заданном темпе и ритме. При выполнении ходьбы, прямая нога выносится вперед, разворачивается</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>носком наружу, ставится на пол с постепенным перекатом на всю ступню. Иногда выворотность ступней приводит к походке с расставленными ногами - это ошибка. Наступая нельзя заносить одну ступню перед другой. Такая походка мешает прямому выносу ноги вперед.</p> <p>Шаг с подскоком: сделать небольшой шаг вперед правой ногой, левую, слегка согнутую в колене (с оттянутым вниз носком) чуть поднять вверх. Легко подпрыгнуть на носке правой ноги и передвинуться вперед. Выполнить ту же последовательность, только начиная с левой ноги. При выполнении этого упражнения дети могут передвигаться по кругу, диагонали, взявшись за руки в колонне по два или четыре.</p>	
40.		2.16 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Ходьба, шаг с подскоком.</p> <p>Приставной шаг: выполняется вперед, назад, в стороны, с носка и на носках. Скользя правым носком вперед по полу, шаг на всю ступню, левая сзади на носке. Скользящим движением по полу приставить левую к правой. Аналогично выполняется приставной шаг в сторону и назад. Необходимо следить за тем, чтобы движения выполнялись не</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						<p>«механически», а с задором, весело и носили танцевальный характер.</p> <p>Шаг галопа: сделать небольшой шаг правой ногой вправо, слегка присесть. Подтянуть левую ногу к правой и слегка подбить правую ногу, ударяя пяткой левой ноги о правую. Правую чуть отвести в сторону. Шаги галопа выполняются слитно, в виде скользящих прыжков. По характеру галоп динамичен, стремителен и выполняется вперед, назад и в сторону.</p>	
41.	27.01.25 – 02.02.25		2.17 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа	<p>Ходьба, шаг с подскоком, приставной шаг, галоп.</p> <p>Переменный шаг: выполняется с носка с движением туловища и головы в ту сторону, с какой ноги выполняется шаг. Движения могут следовать вперед, назад и в стороны. Он состоит из двух шагов: приставного шага и шага впереди стоящей ноги, пауза и с другой ноги сначала. Переменный шаг в сторону выполняется с поворотом корпуса. Приставной шаг в право, шаг правой в сторону, поворот на право (кругом) и пауза. И все с левой ноги.</p> <p>Шаг польки: небольшой подскок на левой ноге, правая вперед – книзу, приставной шаг вперед с правой, выполненный замедленным прыжком. Прыжок на правой, левую вперед – книзу. Надо помнить что в одном шаге польки два прыжка и выполнять их</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							необходимо попеременно то с правой то с левой ноги. Шаг с притопом: топнуть правой ногой, топнуть левой ногой, топнуть правой ногой, пауза. Тоже с левой ноги.		
42.			2.18 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие - репетиция	2 часа		Ходьба, шаг с подскоком, приставной шаг, галоп, переменный шаг, шаг с притопом. Припадание: правая нога отделяется от пола и отводится в правую сторону, шаг правой ногой вправо, на всю ступню, слегка сгибая ногу в колене, тяжесть тела переносится на правую ногу, левую отделив от пола подтянуть к правой ноге сзади. Левая нога, не выпрямляясь до конца в колене, опускается на передний свод стопы сзади правой ноги, где тяжесть тела необходимо перенести на левую ногу, слегка отделяя от пола правую и т.д. Хлопки в ладоши, фонарики, махи руками: ходьба с хлопками, хлопки в ладоши на 1,2,3,4 шага, ходьба с движениями рук. Имитация работы пропеллера, крыльев птиц, самолета. Повторение хлопками ритмического рисунка заданного преподавателем.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
43.	03.02.25 - 09.02.25		2.19 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие сообщения (изучения) новых	2 часа		Упражнения с атрибутами: Платочки– стряхиваем, стираем, зовём платком, выжимаем, машем. Лента– медленно и плавно	Лекция на тему: «здоровый образ жизни».	Звуковоспроизводящая аппаратура. Платочки

				знаний; занятие – репетиция.			поднимаем и опускаем, бег с лентой, повороты с лентой. Движения выполняются как к атрибуту, так и от него. Каждое движение платка или ленты сопровождается движением носика. Это способствует развитию выразительности.		
44.			2.20 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Упражнения с атрибутами:		Звуковоспроизводящая аппаратура.
45.	10.02.25 – 16.02.25		2.21 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие - репетиция	2 часа	Освоение понятий: шеренга (воспитанники строятся по росту, влево от подающего команду, на расстоянии одного шага), колонна (учащиеся строятся в затылок от подающего команды, на расстоянии шага от него), дистанция (расстояние между занимающимися в глубину), интервал (расстояние между занимающимися в ширину).	Строевые и порядковые упражнения: освоение понятий: шеренга (воспитанники строятся по росту, влево от подающего команду, на расстоянии одного шага), колонна (учащиеся строятся в затылок от подающего команды, на расстоянии шага от него), дистанция (расстояние между занимающимися в глубину), интервал (расстояние между занимающимися в ширину). Повороты на месте, повороты в движении, перестроение из одной шеренги в две, в шахматном порядке. Фигурная маршировка по различным фигурам: змейкой, обход, противобход, диагональ, круг, спираль, петля. Можно использовать следующие разновидности движений: шагом с носка, выпадами, в полуприсяде, прыжками на одной, двух ногах, бегом, на полупальцах.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
46.			2.22 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие сообщения (изучения)	2 часа	Игры проводятся с исполнением выученных	«Игра воротца»: дети выстраиваются парами по кругу, держась за руки. Начало марша		Звуковоспроизводящая аппаратура.

			азбука.	новых знаний; занятие – репетиция.		танцевальных шагов.	пары идут по кругу, сохраняя интервалы. После команды «первые», пары, номера которых были названы останавливаются и образуют воротца, повернувшись лицом друг к другу, взявшись за руки и подняв их вверх. «вторые» пробегают в образовавшиеся воротца, причем правый в паре бежит впереди своего товарища. К концу музыкальной фразы они должны добежать до своего места. Затем игра начинается вновь. «Найди свое место»: Играющие делятся на 3 команды, становятся в круг, лицом к центру круга. В центре каждого круга находится игрок с флажком своего цвета. Как только заиграет музыка все, кроме игроков с флажками передвигаются по залу. Музыка прекращается, все приседают и закрывают глаза, игроки с флажками переходят на другие места. После слов педагога «найди свое место» играющие открывают глаза, встают и бегут к флажкам своего цвета. Выигрывает команда, которая быстрее построилась в свой круг.		
47.	17.02.25 – 23.02.25		2.23 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных движений.	Беседа: «красный, желтый, зеленый»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
48.			2.24 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие - репетиция	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных движений.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
49.	24.02.25 –		2.25 Ритмика и	Занятие сообщения	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных		Звуковоспроизводящая аппаратура,

	02.03.25		танцевальная азбука.	(изучения) новых знаний; занятие – репетиция.			движений.		детские музыкальные инструменты
50.			2.26 Ритмика и танцевальная азбука.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных движений.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.	03.03.25 – 09.03.25		5.5 сюжетно-игровое занятие	Занятие - игра	2 часа		Сценарий «транспорт»		Звуковоспроизводящая аппаратура.
52.			5.6 сюжетно-игровое занятие	Занятие - игра	2 часа		Сценарий «Мы спортсмены»		Звуковоспроизводящая аппаратура.
53.	10.03.25 – 16.03.25		6.7 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.			6.8 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.	17.03.25 – 23.03.25		6.9 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
56.			6.10 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.

57.	24.03.25 – 30.03.25		6.11 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
58.			6.12 изучение элементов и связок различных танцев..	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
59.	31.03.25 – 06.04.25		4.5 Танцевальные этюды.	Занятие - репетиция	2 часа		Танцевальные этюды на закрепление основных танцевальных шагов: «Комарики», «Веселые лошадки», «Голуби», «На птичьем дворе».		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
60.			4.6 Танцевальные этюды.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Танцевальные этюды на ориентировку в пространстве: « Синеглазка», «Ромашковые поля»		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
61.	07.04.25 – 13.04.25		4.7 Танцевальные этюды.	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Этюд на закрепление знаний позиций рук и ног: «Совушка», «Карапуз», «Снеговик», «Марионетки».		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
62.			4.8 Танцевальные этюды.	Занятие - репетиция	2 часа		Импровизационный этюд: «паучок», «Зоопарк».		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
63.	14.04.25 – 20.04.25		7.1 Репетиции	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.

64.			7.2 Репетиции	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
65.	21.04.25 – 27.04.25		7.3 Репетиции	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
66.			7.4 Репетиции	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
67.	28.04.25 – 04.05.25		7.5 Репетиции	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
68.			7.6 Репетиции	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
69.	05.05.25 – 11.05.25		7.7 Репетиции	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
70.			7.8 Репетиции	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
71.	12.05.25 – 18.05.25		7.9 Репетиции	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
72.			8.2 Итоговое занятие	Контрольн ое занятие	2 часа		Участие группы в отчетном концерте коллектива		Звуковоспроизводя щая аппаратура.

Всего: 144 часа

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 20 24 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
Для документа «30» августа 20 24 г.
Приказ № 271



Рабочая программа, разработанная на основе дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец. Первые шаги»,
автор Козлитина Е.Ж.

Направленность – художественная
Год обучения – 2 год
Возраст учащихся: 3 – 6 лет

Автор:
Краевская Анна Андреевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа, разработанная на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец. Первые шаги».

Год обучения по программе – 2 год.

Цель: *развитие музыкально-ритмических движений ребенка в процессе обучения искусству хореографии для дальнейшего обучения в ансамбле «Сувенир».*

Задачи:

Обучающие:

- содействовать сохранению интереса к танцевальному искусству;
 - формировать навыки правильного выполнения танцевальных движений согласно требованиям педагога;
 - обучать элементам музыкальной грамоты (различать на слух музыкальные и танцевальные жанры: марш, песня, танец, вальс, полька).
 - формировать навыки и умения основ эстрадного танца;
- знакомить с лучшими образцами танцевального искусства.

Развивающие:

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- развивать правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движения;
- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- развивать физические данные (танцевальный шаг, гибкость, выворотность, мышечную силу, выносливость).

Воспитательные:

- воспитывать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- воспитывать культуру общения между учащимися;
- воспитывать правила сценического поведения.

Здоровьесберегающие:

- формировать привычку здорового образа жизни;
- соблюдать правильную осанку.

Формы и режим занятий:

- основной курс (2-й год обучения, возраст 5-6 лет) – 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность 1 занятия 30 минут (144 часа в год).

Методика работы по программе предполагает формы обучения в дистанционном образовательном пространстве.

Учебный материал состоит из следующих компонентов: *файлы, содержащие музыкальные материалы в соответствии с программой; видеоролики; танцевальные схематичные (ритмические рисунки) в виде презентации.*

Образовательный процесс, соответствующий содержанию программы, может транслироваться в сети Enternet, в режиме *Online* – изменяя структуру

занятия, способы взаимодействия педагога и учащегося, организацию информационно-образовательной среды учебного процесса, когда учащиеся имеют доступ к учебным материалам, в виде (*видео ролики, тематические презентации, тематические музыкальные файлы-записи*), которые педагог использует непосредственно на занятии. Выполнять задание педагога, учащиеся могут, в режиме отложенного времени (*offline-занятия*), с предоставлением ему – результатов танцевальной учебно-тренировочной работы. Педагог может транслировать свою учебную деятельность (*onlin-чат, через мессенджеры*), проверяя задания и корректируя работу учащихся, предоставляя интересную информацию по вопросам лучших образцов танцевального искусства. При выполнении задания, учащиеся могут обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом *в чате*.

Ожидаемые результаты

К концу второго года обучения учащиеся должны

знать:

- правила исполнения экзерсиса у станка при исполнении классического танца;
- основные движения исполнения эстрадного танца: комбинированные движения для рук и ног;

уметь:

- различать характер музыки;
- выполнять подражательные движения, а также движения, передающие образы любимых героев из мультфильмов, сказок и т.д.;
- перестраиваться из круга в одну шеренгу, две шеренги, четыре шеренги и обратно (на месте и в продвижении);
- выполнять движения: шаг с подскоком, переменный шаг, попеременный вынос ноги на носок и каблук, подскоки на двух ногах, двойной и тройной притопы, «ковырялочку», галоп, шаг польки;
- правильно выполнять упражнения для развития легкости прыжка.

Формы подведения итогов:

- выступление детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговые занятия;
- открытые занятия для родителей.

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Эстрадный танец. Первые шаги»
2 год обучения
2024 – 2025 учебный год**

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Вводное занятие.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Цели и задачи нового учебного года. Содержание и форма занятий. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим. Инструктаж по технике безопасности (правила поведения в танцевальном классе и во Дворце детского творчества). Правила дорожного движения.	Изучение выполнения поклона. Ритмическая игра комары. Комплекс для рук и ног «Куклы – марионетки». Танцевальная игра «Знакомство»	Беседа о культуре (культура тела, одежды, прически, поведения).	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.	09.09.24 - 15.09.24		2.1 Учебно-тренировочн	Занятие – изучение новых	2 часа	Понятия «начало» и «конец» музыкальной	Выполнение разминки. Разучивание поклона. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг,		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

			ая работа	знаний		фразы, «ритм».	высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. Положение корпуса: игра «старушки и принцессы». Упражнение «куклы марионетки» .		
3.			2.2 Учебно-тренировочная работа.	Занятие - репетиция	2 часа		Выполнение разминки. Разучивание поклона. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг, высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. корпуса: игра «старушки и принцессы». Упражнение «куклы марионетки» .		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители для ног.
4.	16.09.24 - 22.09.24		2.3 Учебно-тренировочная работа	Занятие – репетиция	2 часа		Выполнение разминки. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг, высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. Положение корпуса: игра «старушки и принцессы». Упражнение «куклы марионетки» .		Звуковоспроизводящая аппаратура;
5.			2.4 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучения новых знаний	2 часа	Необходимо четко проговаривать стихи или слова в играх, синхронизируя их с движениями.	Разминка. Марш, танцевальные шаги: мягкий шаг, высокий шаг, острый шаг, шаг на полупальцах, широкий шаг. Речевые игры, которые способствуют ритмическому ощущению речи и музыки: (с хлопками). Сел сверчок на шесток, Таракан – в уголок. Сели-посидели. Песенку запели. Услыхали ложки-вытянули ножки. Услыхали калачи- Да попрыгали с печи подпевать, Подпевать да танцевать! Как без дудки, без дуды, Ходят ноги не туды. А как дудочку		Звуковоспроизводящая аппаратура;

							<p>почуют, Сами ноженьки танцуют. Журавли пошли плясать, Долги ноги выставляют. Бух, бух, бух.</p> <p>Выстукиваем ритм ударами локтей и суставами согнутых пальцев по столу.</p> <p>Ай, туки, туки, туки, Застучали молотки. Застучали молотки Заиграли в локотки: Тук- ток, тук-ток, Скоро.....</p>		
6.	23.09.24 - 29.09.24		2.5 Учебно-тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Добиться полной концентрации внимания на словах и действиях педагога. Конкретные четкие указания, воплощение двигательных образов и их повторение.</p>	<p>Разминка по кругу. Бег на всей ступне (с высоким подъемом колена вперед, с забросом колена назад); подскоки, перескоки; галоп;</p> <p>«Встав в один огромный круг, возьмемся за руки. Споем всех веселей вокруг, Поднимем руки высоко, потом опустим вниз, помашем и сказав «Привет!», улыбку пустим ввысь.»</p> <p>Игра: большой и маленький. Ритмические хлопки до 8 счетов, начиная с 1 хлопка, затем 2 ... , считаем вслух.</p> <p>Танцевальная игра «хлопки и шаги». Чередуем счет с хлопками и маршировку. Все на 8 счетов.</p>	<p>Лекция на тему: формирование доброжелательного отношения друг к другу.</p>	<p>Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты</p>
7.			2.6 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа	<p>Пение с элементами разминки, движениями выполняемыми всем телом, хлопками и маршировкой</p>	<p>Разминка по кругу. «Встав в один огромный круг, возьмемся за руки. Споем всех веселей вокруг, Поднимем руки высоко, потом опустим вниз, помашем и сказав «Привет!», улыбку пустим ввысь.»</p> <p>Игра: большой и маленький. Ритмические хлопки до 8 счетов,</p>		<p>Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.</p>

							начиная с 1 хлопка, затем 2 ... ,считаем вслух. Танцевальная игра «хлопки и шаги». Чередуем счет с хлопками и маршировку. Все на 8 счетов. Делим воспитанников на 2 части и играем по очереди, а остальные смотрят.		
8.	30.09.24 - 06.10.24		2.7 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие - репетиция	2 часа	При каждом последующем выполнении или разучивании движений, постепенно увеличивается амплитуда движения.	Разминка. Встать по кругу выполняем упражнения произнося стихи и дотрагиваясь до : «Голова и плечи, колени и носки, колени и носки, колени и носки, Голова и плечи, колени и носки, весело и дружно делаем хлопки!». Игра маленькие мячики.		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты.
9.			2.8 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «подскок»	Разминка. Встать по кругу выполняем упражнения произнося стихи и дотрагиваясь до : «Голова и плечи, колени и носки, колени и носки, колени и носки, Голова и плечи, колени и носки, весело и дружно делаем хлопки!». Игра маленькие мячики.		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты.
10.	07.10.24 - 13.10.24		2.9 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа	Понятие «Форма» Формируем навык принимать позы, выполнять движения и понимать как функционируют отдельные части тела.	Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя.		Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты.
11.			2.10 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие - репетиция	2 часа		Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя.		Звуковоспроизводящая аппаратура; детские музыкальные инструменты.

							Принимать позы держа и изменяя из самостоятельно, без подаваемых команд. Танцевальная игра: «статичные позы и движения»		
12.	14.10.24 - 20.10.24		2.11 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя. Принимать позы держа и изменяя из самостоятельно, без подаваемых команд. Танцевальная игра: «статичные позы и движения»		Звуковоспроизводя щая аппаратура, детские музыкальные инструменты.
13.			2.12 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разминка. Сесть по кругу. Придать телу «форму» - позу. По команде «держать» - сидим неподвижно. По команде «изменить» - показываем другую позу. То же самое лежа и стоя. Принимать позы держа и изменяя из самостоятельно, без подаваемых команд. Танцевальная игра: «статичные позы и движения»		Звуковоспроизводя щая аппаратура; детские музыкальные инструменты.
14.	21.10.24 - 27.10.24		2.13 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие - репетиция	2 часа	Упражнения выполняются лежа и сидя, с опорой на руки и на локти. При выполнении упражнений на полу важно сохранять ритм дыхания, не задерживая его. В упражнениях сидя и лежа все	Для развития координации, силы мышц ног и пресса: - одновременное и поочередное сгибание ног из облегченных и. п.; - отведение, приведение и круговые движения в голеностопных суставах; - захватывание и передвижение предметов (скакалок, мягких		Звуковоспроизводя щая аппаратура.

						элементы должны выполняться с постепенным увеличением амплитуды без посторонней помощи.	игрушек и гимнастических палочек) пальцами ног; сгибание и разгибание ног (свободное, с сопротивлением и с отягощением) в коленных и тазобедренных суставах; максимальное растягивание и расслабление ног; маховые и круговые движения из различных и. п.; упражнения в седе для развития выворотности ног, выполняемые самостоятельно и с помощью; пассивное растягивание с помощью партнера или учителя. Растяжка.		
15.			2.14 Учебно-тренировочная работа	занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики;
16.	28.10.24 - 03.11.24		2.15 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка		Звуковоспроизводящая аппаратура.
17.			2.16 Учебно-тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики;
18.	04.11.24 - 10.11.24		2.17 Учебно-тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Упражнения для развития координации, силы мышц ног и пресса. Растяжка.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
19.			2.18 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Упражнения для развития гибкости спины: -«лодочка» - и.п. лежа на животе: прогибание поясницы с одноименным и разноименным подниманием рук и		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

							<p>ног;</p> <p>- «ящерица» - и.п. лежа на животе: руки в упор перед грудью, ноги прижаты к полу, сильно выпрямлены и сведены. Поднимание верхней части тела, таз и ноги остаются неподвижными;</p> <p>- «скорпион» - и.п. лежа на животе: руки в упор перед грудью, ноги согнуты в коленях так чтобы пяточки доставали до лба. Подъем сильно вытянут.</p> <p>- «рыбка» - и.п. лежа на животе: поднимание рывком верхней части тела без помощи рук, таз и ноги остаются неподвижными;</p> <p>- «корзиночка» - и.п. лежа на животе: зажать щиколотку руками и вытянуть вверх;</p> <p>- «коробочка» - и.п. лежа на животе: поднимаем верхнюю часть тела, одновременно сгибая колени (стараясь глазами увидеть пятки).</p> <p>Растяжка.</p>		
20.	11.11.24 - 17.11.24		2.19 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие - репетиция	2 часа		Упражнения для развития гибкости спины. Растяжка.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
21.			2.20 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие –	2 часа		Упражнения для развития гибкости спины. Растяжка.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики;

				репетиция.					
22.	18.11.24 - 24.11.24		2.21 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Сценарий: «зоопарк»		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
23.			2.22 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие - репетиция	2 часа		Сценарий: «Поедем в лес!»		Звуковоспроизводя щая аппаратура; коврики;
24.	25.11.24 - 01.12.24		2.23 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Сценарий «Сказка»		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
25.			2.24 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Сценарий «Времена года».		Звуковоспроизводя щая аппаратура; коврики;
26.	02.12.24 - 08.12.24		2.25 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие - репетиция	2 часа	Перед детьми ставится задача. Затем все вместе отвечаем на вопросы: Как работают отдельные части тела?, Где мы будем танцевать? Как выполняются движения? С кем мы танцуем?	«Ветер и листья». Всему телу придается форма листа; как двигаются листья в полете; что могут делать листья в полете; с кем и с чем взаимодействуют листья, пока летят. «Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» — ползание на коленях.		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
27.			2.26 Учебно- тренировочн ая работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Обучение навыкам ориентации в пространстве и пониманию, что можно двигаться, не только в пределах персонального	Парный танцевальный этюд «воздушные шары» первые номера остаются в воздушном шаре, стараются оттолкнуться от партнера во всех направлениях, вторые номера передвигаются по залу. Вместе они должны		Звуковоспроизводя щая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						пространства, но и по всему залу, не мешая друг другу.	сохранить пространство своего воздушного шара		
28.	09.12.24 - 15.12.24		2.27 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		«Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» — ползание на коленях.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
29.			2.28 Учебно-тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		«Веселые воробышки» — подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» — ползание на коленях.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
30.	16.12.24 - 22.12.24		4.1 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Ознакомление детей с танцем «Шарики воздушные» элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
31.			4.2 Постановочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Ознакомление детей с танцем «Топ топ по паркету» хлопки.		Звуковоспроизводящая аппаратура. коврики; утяжелители для ног.
32.	23.12.24 - 29.12.24		4.3 Постановочная работа	Занятие - репетиция	2 часа	Разбор направления движения: право, лево. Основные 8 точек класса, по которым ориентироваться.	. Проучивание основных элементов танца: элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки. Переменный шаг.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
33.			3.1 Репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Проучивание основных элементов танца: элементы хоровода, ковырялочка, присядка, хлопки. Переменный шаг.		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.
34.	30.12.24 -		3.2 Репетиционная	Занятие – изучение	2 часа		Проучивание основных элементов танца: элементы хоровода,		Звуковоспроизводящая аппаратура.

	12.01.24		ая работа	новых знаний			ковырялочка, присядка, хлопки. Переменный шаг.		
35.			5.1 Итоговое занятие	Контрольное занятие	2 часа		Открытый урок для родителей.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
36.	13.01.24 – 19.01.24		2.29 Учебно-тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа		Изучение основных позиций рук в хореографии. На основе стихов: совушка, карапуз, снеговик. Изучение техники выполнения плие, на основе стихов: качели. Изучение техники выполнения тондю, на основе стихов: ботинки, марионетки.		Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты.
37.			2.30 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Упражнения для рук, кистей и пальцев: руки в стороны; вверх; вперед; вперед – вверх; в сторону – вверх; перед грудью; к плечам; за голову; за спину. Поднимание рук вперед, в сторону, вверх с максимальным напряжением мышц, вполсилы и с минимальным напряжением мышц. Сгибание и выпрямление рук с различным по характеру мышечным напряжением. Чередование напряжения с расслаблением. Плавное поднимание рук, имитирующее стекание водички, плавное опускание рук, имитирующее глажение кошечки. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной. Вращательные движения кистей с		Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.

						<p>различной амплитудой и силой. Выполнение пальчиковой гимнастики с одновременным проговариванием стихов. Упражнения: для кистей рук (сгибание вниз и вверх, отведение вправо и влево, круговые вращения); для рук (круговые движения руками, расслабление мышц плечевого пояса, круговые движения плечами, напряжение и расслабление мышц рук)</p> <p>Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление», поочередное поднятие плеч, положение рук: на поясе и внизу. Выполнение круговых движений плечами, одноименное и разноименное.</p>		
38.	20.01.24 - 26.01.24		2.31 Учебно- тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа	<p>Упражнения для головы: «подушечка», повороты головы профиль и анфас, полукруг плавный и с акцентом, «голуби».</p> <p>Упражнения для корпуса: наклоны вперед с прямой спиной (прогнувшись), с максимальным сгибанием тела (до касания ладонями пола, и грудью ног). Наклоны туловища медленно и быстро. Перегибы корпуса вправо и влево. Наклоны туловища медленно и быстро (с максимальным и минимальным напряжением мышц), наклоны</p>		Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты

						<p>туловища вперед со сгибанием ног и работой руками, скручивания туловища в стойке ноги врозь из исходных положений.</p> <p>Упражнения для ног и стоп: для ног (напряжение и расслабление мышц ног, перенесение тяжести тела с пятки на носки и обратно); для ступней ног (сгибание и разгибание в подъеме, отведение наружу и внутрь, круговые вращения внутрь и наружу). Стойка ноги врозь, на носках, на одной ноге. Во второй и первой позициях с опорой руками на станок. «Пружинка» (плие) быстро и медленно. Поднимание ног стоя, сидя и лежа. Шпагаты: прямой правой и левой вперед.</p> <p>Ходьба: детей необходимо учить ходить под музыку с соблюдением дистанции, правильности постановки ноги в заданном темпе и ритме. При выполнении ходьбы, прямая нога выносится вперед, разворачивается носком наружу, ставится на пол с постепенным перекатом на всю ступню. Иногда выворотность ступней приводит к походке с расставленными ногами - это ошибка. Наступая нельзя заносить одну ступню перед другой. Такая походка мешает прямому выносу ноги вперед.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

							<p>Шаг с подскоком: сделать небольшой шаг вперед правой ногой, левую, слегка согнутую в колене (с оттянутым вниз носком) чуть поднять вверх. Легко подпрыгнуть на носке правой ноги и передвинуться вперед. Выполнить ту же последовательность, только начиная с левой ноги. При выполнении этого упражнения дети могут передвигаться по кругу, диагонали, взявшись за руки в колонне по два или четыре.</p>	
39.		2.32 Учебно-тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Ходьба, шаг с подскоком.</p> <p>Приставной шаг: выполняется вперед, назад, в стороны, с носка и на носках. Скользя правым носком вперед по полу, шаг на всю ступню, левая сзади на носке. Скользящим движением по полу приставить левую к правой. Аналогично выполняется приставной шаг в сторону и назад. Необходимо следить за тем, чтобы движения выполнялись не «механически», а с задором, весело и носили танцевальный характер.</p> <p>Шаг галоп: сделать небольшой шаг правой ногой вправо, слегка присесть. Подтянуть левую ногу к правой и слегка подбить правую ногу, ударя пяткой левой ноги о правую. Правую чуть отвести в сторону.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики; утяжелители для ног.	

							Шаги галопа выполняются слитно, в виде скользящих прыжков. По характеру галоп динамичен, стремителен и выполняется вперед, назад и в сторону.		
40.	27.01.25 – 02.02.25		2.33 Учебно- тренировочна я работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		<p>Ходьба, шаг с подскоком, приставной шаг, галоп.</p> <p>Переменный шаг: выполняется с носка с движением туловища и головы в ту сторону, с какой ноги выполняется шаг. Движения могут следовать вперед, назад и в стороны. Он состоит из двух шагов: приставного шага и шага впереди стоящей ноги, пауза и с другой ноги сначала. Переменный шаг в сторону выполняется с поворотом корпуса. Приставной шаг в право, шаг правой в сторону, поворот на право (кругом) и пауза. И все с левой ноги.</p> <p>Шаг польки: небольшой подскок на левой ноге, правая вперед – книзу, приставной шаг вперед с правой, выполненный замедленным прыжком. Прыжок на правой, левую вперед – книзу. Надо помнить что в одном шаге польки два прыжка и выполнять их необходимо попеременно то с правой то с левой ноги.</p> <p>Шаг с притопом: топнуть правой ногой, топнуть левой ногой, топнуть правой ногой, пауза. Тоже с левой ноги.</p>		Звуковоспроизводящая аппаратура.
41.			2.34 Учебно- тренировочна	Занятие - репетиция	2 часа		Ходьба, шаг с подскоком, приставной шаг, галоп, переменный шаг, шаг с притопом.		Звуковоспроизводящая аппаратура.

			я работа				<p>Припадание: правая нога отделяется от пола и отводится в правую сторону, шаг правой ногой вправо, на всю ступню, слегка сгибая ногу в колене, тяжесть тела переносится на правую ногу, левую отделив от пола подтянуть к правой ноге сзади. Левая нога, не выпрямляясь до конца в колене, опускается на передний свод стопы сзади правой ноги, где тяжесть тела необходимо перенести на левую ногу, слегка отделяя от пола правую и т.д. Хлопки в ладоши, фонарики, махи руками: ходьба с хлопками, хлопки в ладоши на 1,2,3,4 шага, ходьба с движениями рук. Имитация работы пропеллера, крыльев птиц, самолета. Повторение хлопками ритмического рисунка заданного преподавателем.</p>		
42.	03.02.25 - 09.02.25		2.35 Учебно- тренировочна я работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		<p>Упражнения с атрибутами: Платочки– стряхиваем, стираем, зовём платком, выжимаем, машем. Лента– медленно и плавно поднимаем и опускаем, бег с лентой, повороты с лентой. Движения выполняются как к атрибуту, так и от него. Каждое движение платка или ленты сопровождается движением носика. Это способствует развитию выразительности.</p>	Лекция на тему: «здоровый образ жизни».	Звуковоспроизводящая аппаратура. Платочки
43.			2.36 Учебно-	Занятие – изучение	2 часа		Упражнения с атрибутами:		Звуковоспроизводящая аппаратура.

			тренировочная работа	новых знаний					
44.	10.02.25 – 16.02.25		2.37 Учебно-тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа	Освоение понятий: шеренга (воспитанники строятся по росту, влево от подающего команду, на расстоянии одного шага), колонна (учащиеся строятся в затылок от подающего команды, на расстоянии шага от него), дистанция (расстояние между занимающимися в глубину), интервал (расстояние между занимающимися в ширину).	Строевые и порядковые упражнения: освоение понятий: шеренга (воспитанники строятся по росту, влево от подающего команду, на расстоянии одного шага), колонна (учащиеся строятся в затылок от подающего команды, на расстоянии шага от него), дистанция (расстояние между занимающимися в глубину), интервал (расстояние между занимающимися в ширину). Повороты на месте, повороты в движении, перестроение из одной шеренги в две, в шахматном порядке. Фигурная маршировка по различным фигурам: змейкой, обход, противоход, диагональ, круг, спираль, петля. Можно использовать следующие разновидности движений: шагом с носка, выпадами, в полуприсяде, прыжками на одной, двух ногах, бегом, на полупальцах.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
45.			2.38 Учебно-тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Игры проводятся с исполнением выученных танцевальных шаговё	«Игра воротца»: дети выстраиваются парами по кругу, держась за руки. Начало марша пары идут по кругу, сохраняя интервалы. После команды «первые», пары, номера которых были названы останавливаются и образуют воротца, повернувшись лицом друг к другу, взявшись за руки и подняв их вверх. «вторые» пробегают в образовавшиеся воротца, причем правый в паре бежит впереди своего товарища. К концу музыкальной фразы они		Звуковоспроизводящая аппаратура.

							должны добежать до своего места. Затем игра начинается вновь. «Найди свое место»: Играющие делятся на 3 команды, становятся в круг, лицом к центру круга. В центре каждого круга находится игрок с флажком своего цвета. Как только заиграет музыка все, кроме игроков с флажками передвигаются по залу. Музыка прекращается, все приседают и закрывают глаза, игроки с флажками переходят на другие места. После слов педагога «найди свое место» играющие открывают глаза, встают и бегут к флажкам своего цвета. Выигрывает команда, которая быстрее построилась в свой круг.		
46.	17.02.25 – 23.02.25		2.39 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных движений.	Беседа: «красный, желтый, зеленый»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
47.			2.40 Учебно-тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных движений.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
48.	24.02.25 – 02.03.25		2.41 Учебно-тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных движений.		Звуковоспроизводящая аппаратура, детские музыкальные инструменты
49.			2.42 Учебно-тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Выполнение проученных элементов танцевальных движений.		Звуковоспроизводящая аппаратура.
50.	03.03.25 –		2.43 Учебно-	Занятие - игра	2 часа		Сценарий «транспорт»		Звуковоспроизводящая аппаратура.

	09.03.25		тренировочная работа						
51.			2.44 Учебно-тренировочная работа	Занятие - игра	2 часа		Сценарий «Мы спортсмены»		Звуковоспроизводящая аппаратура.
52.	10.03.25 – 16.03.25		4.4 Постановочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа	Разучивание элементов в медленном темпе под счет.	Ознакомление детей с танцем Полька: галоп со сменой мест, подскоки на месте с хлопками, бег по кругу, галоп, притопы, повороты вокруг себя, выполнение элементов Польки в парах (положение лицом друг к другу- лодочка), комбинация притопов, хлопковые комбинации		Звуковоспроизводящая аппаратура.
53.			4.5 Постановочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.	17.03.25 – 23.03.25		4.6 Постановочная работа..	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.			4.7 Постановочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
56.	24.03.25 – 30.03.25		4.8 Постановочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
57.			4.9 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие –	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.

				репетиция.					
58.	31.03.25 – 06.04.25		3.3 Репетиционная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание элементов танца Полька		Звуковоспроизводящая аппаратура.
59.			2.45 Учебно- тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Танцевальные этюды на закрепление основных танцевальных шагов: «Комарики», «Веселые лошадки», «Голуби», «На птичьем дворе».		Звуковоспроизводящая аппаратура.
60.	07.04.25 – 13.04.25		2.46 Учебно- тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Танцевальные этюды на ориентировку в пространстве: « Синеглазка», «Ромашковые поля»		Звуковоспроизводящая аппаратура.
61.			2.47 Учебно- тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Этюд на закрепление знаний позиций рук и ног: «Совушка», «Карапуз», «Снеговик», «Марионетки».		Звуковоспроизводящая аппаратура.
62.	14.04.25 – 20.04.25		2.48 Учебно- тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Импровизационный этюд: «паучок», «Зоопарк».		Звуковоспроизводящая аппаратура.
63.			2.49 Учебно- тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводящая аппаратура.
64.	21.04.25 – 27.04.25		2.50 Учебно- тренировочная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводящая аппаратура.
65.			2.51 Учебно- тренировочная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводящая аппаратура.

66.	28.04.25 – 04.05.25		3.4 Репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
67.			3.5 Репетиционная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
68.	05.05.25 – 11.05.25		3.6 Репетиционная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
69.			3.7 Репетиционная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
70.	12.05.25 – 18.05.25		3.8 Репетиционная работа	Занятие – изучение новых знаний	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
71.	19.05.25 – 25.05.25		3.9 Репетиционная работа	Занятие - репетиция	2 часа		Разучивание и отработка концертного номера		Звуковоспроизводя щая аппаратура.
72.			5.2 Итоговое занятие	Контрольн ое занятие	2 часа		Участие группы в отчетном концерте коллектива		Звуковоспроизводя щая аппаратура.

Всего: 144 часа

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «20» августа 2024 г.
Протокол № 1



Рабочая программа, разработанная на основе
авторской комплексной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Интегро»,
авторы Ошнуров Н.А., Ошнурова Л.И., Козлитина Е.Ж., Маслова
Е.Ж., Молочная И.С.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 13 – 18 лет

Автор:
Козлитина Евгения Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Интегро»
1 год обучения
2024– 2025 учебный год**

	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Введение в авторскую общеобразовательную программу.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Знакомство с целями и задачами образовательной программы на учебный год, с содержанием занятий и перспективами на будущее. Техника безопасности.	Вводный контроль: Танцевальный этюд «танец пяти движений»	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			2.1 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение.	2 часа	Следить за положением спины. Грамотно координировать положение тела при выполнении упражнений.	Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки: И.П. лежа на коврике. Махи ногами по всем направлениям вытянутой стопой и сокращенной стопой И.п. лежа на спине, руки на полу на «крестик» выполняем «заноски» сильно вытянутыми ногами, одновременно на 8 счетов поднимаем ноги вверх. Не прекращая выполнять заноски, опускаем ноги вниз. Продолжая упр. 2 выполняем заноски сокращенной стопой, одновременно поднимаем ноги вверх до вертикального положения и опускаем вниз до и.п. И. п. лежа на животе выполняем «лодочку» Раскачиваемся в таком положении с перекатом до стойки на груди. Задержать корпус в верхнем положении, удержать 8 счетов И.п. лежа на животе выполнить «лягушку». Поднимаем корпус максимально вверх, удерживаем 8 счетов. Отрываем руки от пола и поднимаем вверх, удерживаем корпус без поддержки 8 счетов. Медленно возвращаем корпус в и.п. Следим за положением стоп и таза. И.п. лежа на спине руки вытянуты вверх вдоль	Звуковоспроизводящая аппаратура;

							<p>пола. 1 – 2 рывком садимся одновременно раскрывая ноги в поперечный шпагат; 3 – 4 кладем корпус на пол без помощи рук; 5 - 6 сводим ноги назад до положения лежа на животе; 7 – 8 перекаат тугим корпусом в и.п.</p> <p>И.п. сидя на коврикe ноги в поперечный шпагат руки во II позицию, 1 – 2 наклон к правой ноге левой рукой ч-з верх, 3 – 4 и.п.; 5 – 6 наклон к левой ноге правой рукой; 7-8 и.п. Упражнение выполняется с чередованием вытянутых и сокращенных стоп. Колени прогнуты, пятки оторваны от пола.</p> <p>И.п. сидя на поперечном шпагате, руки скрещены на груди. Выполняем ритмичные наклоны корпуса к одной и к другой ноге. Следим, чтобы при наклоне плечо находилось впереди колена.</p> <p>И. п. лежа на спине, ноги сильно вытянуты, выворотные и прижаты друг к другу.выполняем круговые движения ногами по большой амплитуде, слева на право и на оборот. Следим, что бы плечи были прижаты к полу.</p>	
3.	09.09.24 – 15.09.24		2.2 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Развитие дифференцированного мышечного ощущения. Повторяются все изученные на предыдущих годах обучения движения экзерсиса в различных сочетаниях. Темп нарастает. Координация движений усложняется.	Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура;
4.			2.3 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
5.	16.09.24 - 22.09.24		2.4 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура.
6.			2.5 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	.	Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
7.	23.09.24 - 29.09.24		2.6 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Усовершенствование навыков отличного выполнения упражнения в зависимости от характера и содержания музыки. Сочетание напряжения одних	Классический Экзерсис у станка и на середине зала.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

						мышечных групп с расслаблением других.		
8.			2.7 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
9.	30.09.24 - 06.10.24		2.8 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
10.			2.9 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики. Утяжелители на ноги.
11.	07.10.24 - 13.10.24		2.10 Учебно-тренировочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
12.			2.11 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение;	2 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	Равновесия. Упражнения для развития физических данных: А. силовые упражнения Б. Комбинированные упражнения В. Упражнения на растягивание и расслабление мышечных групп.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
13.	14.10.24 - 20.10.24		2.12 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение обязательных акробатических элементов. Перекат, кувырок, мост, шпагат.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

			работа					
14.			2.13 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка обязательных акробатических элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
15.	21.10.24 - 27.10.24		2.14 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; Занятие изучения новых знаний.	2 часа		Отработка и выполнение обязательных акробатических элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
16.			2.15 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка и выполнение обязательных акробатических элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Мат гимнастический, коврики
17.	28.10.24 - 03.11.24		3.1 Свободная пластика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Исполнители должны приобрести навык спонтанно создавать новые формы передвижения. Эти поиски лучше проводить в форме соревнования, игры. Некоторые танцоры используют общую траекторию движения для создания своей хореографии, другие концентрируются на деталях. Многое зависит от скорости восприятия танцоров и их индивидуальности.</p> <p>Процесс поиска движений с помощью импровизации, поскольку именно на этом этапе работы наиболее важна подсознательная, интуитивная составляющая творческого мышления хореографа. Одновременно с использованием способов передвижения рекомендуется использование динамической характеристики времени движения, связанной с понятиями «скорость» и «ритм».</p>	<p>Основные формы презентации танца в группе. 1. Унисон —простой способ презентации, варианты: а) одновременный унисон, когда вся группа исполняет хореографический текст синхронно и в одинаковом рисунке; б) одновременный дополняющий унисон, при котором одна часть группы исполняет базовую хореографическую фразу, а другая — с дополнительными движениями; в) одновременный контрастный унисон, т. е. две группы исполняют одновременно разный хореографический текст. г) одновременный второстепенный и на переднем плане унисон означает, что одна часть группы играет ведущую роль, в то время как другая исполняет роль фона, который поддерживает и оттеняет главную группу. Второстепенный хореографический текст может состоять из части базового мотива, в то время как главная группа исполняет весь мотив. 2. Канон. Построение хореографии где две или несколько групп исполнителей вступают с некоторым опозданием по времени. Эта временная задержка может быть разной: а) последовательный канон: группы или солисты выполняют одинаковую движущую фразу с некоторой задержкой во времени; б) последовательный дополняющий канон, это построение в классической хореографии носит название „вопрос — ответ“ в) последовательный контрастный канон, группы также исполняют движущую фразу по очереди, но есть одно контрастное движение, которое отличает одну группу от другой; г) последовательный</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							второстепенный или на переднем плане канон. Суть этого приема в том, что хореограф использует движение на заднем плане как фон. Т. е. движенческая фраза исполняется с остановками, ритмическими задержками, в то время как на переднем плане основная группа или солист исполняет ту же движенческую фразу как мелодию.Импровизация является важнейшим направлением хореографического мышления, организации формы танца, специфики танцевального исполнительства.	
18.			3.2 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Танцор слушает голос своего тела, которое выражает глубокие эмоциональные переживания. Особое внимание во время танца уделяется также: Освобождению от мышечных зажимов, Расслабление и освобождение суставов, Выстраивание позвоночника, Налаживание связей между центром тела и его конечностями. Суть Метода Уэйна Макгрегора	Импровизация основана на памяти и степени подготовки импровизирующего, который может составлять композицию из готовых комбинаций, а иногда основывается на конкретной форме или виде танца. Чем богаче выбор выразительных средств, тем неожиданнее и оригинальнее будет его импровизация. Важно учитывать и фактор накопления информации. Система накопления танцевального материала связана с мировоззрением танцовщика или хореографа. Умение почерпнуть из памяти нужную информацию в необходимом количестве и с определенной быстротой — вот что часто требуется от танцовщика или хореографа при создании хореографического образа или произведения. Импровизация требует высокого мастерства, постоянного совершенствования, универсальности знаний, способностей к конструктивному мышлению, владению системой приемов и хореографической школой.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
19.	04.10.24 - 10.11.24		3.3 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Исследуя диапазон и содержание движения, хореограф анализирует весь спектр движения, все его возможности. Каждый из вариантов имеет определенную эмоциональную характеристику, вызывает определенное состояние исполнителя и соответствующее восприятие у зрителя. То есть, исполняя движение и видоизменяя его по различным параметрам, хореограф должен найти движения, которые отражают его замысел.	Анализируем поворот. Его можно сделать на одной ноге, на двух, на разных частях стопы, прыжками, шагами, на месте, передвигаясь в пространстве, исполнять повороты от себя и к себе (endeog, endedan), с различными вариантами расположения рук и торса, распрямляясь или сжимаясь во время поворота. Все это варианты движения. Вращение на себя выражает закрытость, возможно даже страх, вращение с подскоками и прыжками может выразить радость или волнение, вращение с нарастающей скоростью говорит о возбуждении. Если речь идет о конфликте между двумя людьми, то естественно, что движения должны быть резкими и отталкивающими. И наоборот, когда идея	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						произведения выражает гармонию и согласие, то движения исполнителей должны быть мягкими и спокойными.		
20.			3.4 Свободная пластика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Предпосылки появления импровизации. Импровизация, её роль в хореографии. Импровизация заложена в основу природы танцевального искусства. Она выступает как принцип создания хореографического произведения (сфера искусства постановки танца) или как принцип создания хореографического образа (сфера исполнительского искусства).	УПРАЖНЕНИЕ 1. Группа передвигается свободно по классу, используя какую-либо форму шага. Каждый имеет возможность выбрать форму шага, интересную ему, или подстроиться к кому-то, копируя его форму. Возможна пристройка третьего, четвертого и т. д. Таких «цепочек» может выстроиться несколько, каждый исполнитель в любой момент может выйти из «цепочки», перейдя в другую, или создать свою форму шага. Можно усложнить задание, задав возможность варьирования скорости движения. Каждый может спонтанно менять скорость передвижения, ускоряя и замедляя его. Партнеры, следующие в «цепочке», могут согласиться с изменением или сохранить свою скорость, таким образом, отделяясь от «цепочки». 2. Существуют четыре основных способа передвижения: шаг, бег, прыжок и вращение. Существует пятый вид — «нетрадиционные» способы: ползком, на четвереньках, перекаты, «колеса» и т. п..	Звуковоспроизводящая аппаратура.
21.	11.11.24 - 17.11.24		3.5 Свободная пластика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Нетрадиционные способы передвижения. При их исполнении необходим строгий контроль педагога, поскольку эти способы передвижения могут быть травмоопасны. Вращения условно можно разделить на две группы: вращение на месте и вращение с перемещением в пространстве. Вращения на месте можно подразделить на стабильные и лабильные («падающие» вращения).	УПРАЖНЕНИЕ 2. «Сломанный телефон». Группа двигается по кругу. Первый исполнитель идет присущим ему индивидуальным шагом. Второй заимствует его форму и скорость, но немного утрирует какую-то особенность, третий утрирует второго, четвертый третьего и т. д. В исполнении последнего, замыкающего участника группы форма шага может значительно видоизмениться. Вращения можно исполнять на разных уровнях. Вращения на полу или на коленях достаточно распространены в современном танце. Возможно изменение уровня во время самого вращения, это «штопорные» повороты, во время исполнения которых исполнитель либо поднимается снизу вверх, либо, наоборот опускается сверху вниз. В лабильных вращениях центр тяжести не находится на вертикальной оси, начинающейся в точке опоры, само вращение происходит за счет форса, который возможно брать любой частью тела. Обычно лабильные вращения заканчиваются падением либо несколькими	Звуковоспроизводящая аппаратура.

							стабилизирующими шагами. Все найденные формы передвижения: шаги, бег, прыжки — могут соединяться с вращением. При исследовании вращения как способа передвижения, исполняется несколько вращений подряд с продвижением по прямой или по дуге.	
22.			3.6 Свободная пластика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		УПРАЖНЕНИЕ 3. Создать движенческий мотив, используя вращения на двух ногах: а) по прямой; б) по дуге; в) по кругу; г) используя уровни. УПРАЖНЕНИЕ 4. Найти способы вращения в позах. УПРАЖНЕНИЕ 5. Исполнить несколько вращений с перемещением в пространстве, закончить лабильным вращением и падением. УПРАЖНЕНИЕ 6. Соединить вращение: а) с шагами; б) прыжками; в) нетрадиционными способами передвижения. УПРАЖНЕНИЕ 7. Соединить все способы передвижения с определенным графическим рисунком передвижения, например, смена направления только под прямым углом или передвижение спиралью, зигзагом, по дугам.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
23.	18.11.24 - 24.11.24		3.7 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;.	2 часа	Хореограф предлагает танцовщикам различные провокации (задания), которые заставляют их двигаться тем или иным способом, создавая хореографию, которую они не придумали бы без этого задания. Понятие «архитектура дуэта»	Выполнение Упражнений 1 - 5	Звуковоспроизводящая аппаратура.
24.			3.8 Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение Упражнений 1 - 5	Звуковоспроизводящая аппаратура.
25.	25.11.24 - 01.12.24		5.1 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
26.			5.2 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа	Обращаем особое внимание на характер предлагаемой музыки. Обсуждаем образы, возникающие в голове воспитанников, при прослушивании музыкального материала.	Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

27.	02.12.24 - 08.12.24		5.3 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
28.			5.4 Постановочная работа	Занятие репетиция.	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
29.	09.12.24 - 15.12.24		5.5 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
30.			6.1 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
31.	16.12.24 - 22.12.24		6.2 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
32.			6.3 Репетиционная работа	Занятие репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
33.	23.12.24 - 29.12.24		6.4 Репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
34.			6.5 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
35.	30.12.24 – 31.12..24		6.6 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
36.			7.1 Контрольное занятие	Контроль умения применять знания и полученные навыки на практике.	2 часа	Проверка знаний умений и навыков обучающихся полученных за первое полугодие.	Тесты: Исполнение хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
37.	09.01.25 – 12.01.25		2.16 Учебно- тренировочная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах: И.п. стать спиной вплотную друг к другу и взяты за руки скрестно вверх. Первые номера пружинящие движения руками вперед (1-3). 4. И.п.. Амплитуда движения постепенно увеличивается. И.п. – то же. 1. Первые номера, наклоняясь вперед, отрывают соупражняющегося от пола. 2. И.п. 3 – 4	Звуковоспроизводяща я аппаратура. гимнастич еский коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.

						<p>наклон делают вторые номера.</p> <p>И.п. стать парами лицом друг к другу и взяться за руки подняв их в сторону. 1 – 2 выпад назад разноименными ногами, свободную ногу вперед на носок, руки вперед, спину в верхней части закруглить, голову наклонить вперед. 3 – 4 И.п.</p> <p>И.п. парами стать вплотную боком друг к другу, взяться ближними руками внизу, дальними вверх. 1 – 2 выпад наружу наклоном внутрь. 3 – 4 и.п. Повернувшись кругом выполнить то же с другой ноги.</p> <p>И.п. парами стать вплотную спиной друг к другу, взяться за руки и поднять их в стороны. 1 – 2 руки вверх, выпад вперед разноименной ногой с наклоном назад. 3 – 4 и.п. выполнить то же с другой ноги.</p> <p>И.п. стать на правое колено лицом друг к другу, что бы носки левых ног соприкасались. Взяться правой рукой впереди, левую в сторону назад. 1 – 2 первые номера сед на пятки, наклон вперед, дугой кверху левую руку назад, голову опустить. Вторые номера – сгибая левую ногу в коленном суставе, поставить ее на носок и перенести на нее тяжесть тела, наклон назад, дугой к низу левую руку вверх. 3 – 4 и.п.</p> <p>И.п. – упор стоя на коленях, руки и бедра перпендикулярны полу. 1 – 2 округлить спину, голову опустить, 3 – 4 голову наклонить назад, прогнуть спину, руки не сгибать. Сначала делать движение плавно, затем резко на один счет и удерживать принятое положение 2, 3 счета.</p> <p>И.п. стойка ноги врозь, руки вверх. 1 – 2 наклон вперед, взяться с тыльной стороны за голени и постараться головой коснуться ног. 3 – 4</p>	
38.		2.17 Учебно-тренировочная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.</p> <p>Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.</p>	<p>Обязательные элементы для выполнения:</p> <p>«Мост». И.п.- стойка, ноги врозь, руки вверх. Выполнить мост с максимальным прогибанием. Измерить расстояние от пяток до конца третьего пальца рук.</p> <p>«Складка, сидя на полу». И.п.- сед, ноги вместе. Выполнить наклон вперед. Фиксация положения 5 счетов.</p> <p>«Наклон вперед, стоя на скамейке». И.п.- стойка на скамейке. Выполнить наклон вперед-вниз, стараясь дотянуться руками до пола. Измерить</p>	<p>Звуковоспроизводящая аппаратура, гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.</p>

							<p>расстояние от плоскости скамейки до конца третьего пальца руки.</p> <p>«Шпагат с опоры». Выполнить шпагат на правую (левую) ногу с опоры. Измерить расстояние от пятки до пола.</p> <p>«Перевод палки». Перевод гимнастической палки с сантиметровой разметкой спереди назад и обратно. Измерить расстояние между кистями рук при выкруте палки прямыми руками.</p> <p>И.п. – лежа на животе. Прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног. Измеряется расстояние между лбом и стопами.</p> <p>«Поднимание туловища назад». Из положения лежа на животе, ноги закреплены на ширине плеч, руки вверх в замок. Поднимание туловища до вертикали. 15 повторений движения.</p> <p>Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на всей ступне. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах.</p> <p>Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на полупальце. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах.</p> <p>Прыжки через скакалку на двух ногах с прямыми ногами в воздухе. Без учета времени.</p> <p>Комплекс упражнений для работы в парах</p>	
39.	13.01.25 - 19.01.25		2.18 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Понятие «устойчивость».</p> <p>Кинетические процессы, происходящие в теле, при потере устойчивости. Выделение мышц, которые помогают сохранить устойчивость.</p>	<p>Работа над устойчивостью в основных классических позах:</p> <p>croise`евперед (attitude crois`евперед)</p> <p>croise`еназад (attitude croise`еназад)</p> <p>efface`евперед (attitude efface`евперед)</p> <p>efface`еназад (attitude efface`еназад)</p> <p>I arabesque</p> <p>II arabesque</p> <p>III arabesque</p> <p>IV arabesque</p> <p>e`carteевперед</p> <p>e`carte`еназад</p> <p>alaseconde</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
40.			2.19	Занятие повторение;	2	Понятие «классическая поза».	Работа над устойчивостью в основных	Звуковоспроизводящая

			Учебно-тренировочная работа	занятие – репетиция.	часа	Художественная манера, стиль, образ выполнения поз. Мышечное ощущение выполнения поз.	классических поз: croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназади (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназади (attitude efface`еназад) I arabesque 11 arabesque III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	я аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
41.	20.01.25 – 26.01.25		2.20 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая я аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
42.			2.21 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая я аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
43.	27.01.25 - 02.02.25		2.22 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Классические позы: малые позы — с работающей ногой на полу; средние позы — с работающей ногой на высоте 45", большие позы — с работающей ногой на 90° и выше.	Работа над устойчивостью в основных классических позах: croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназади (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназади (attitude efface`еназад) I arabesque 11 arabesque III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	Звуковоспроизводящая я аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
44.			2.23 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа над устойчивостью в основных классических позах: croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназади (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназади (attitude efface`еназад) I arabesque 11 arabesque	Звуковоспроизводящая я аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.

							III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	
45.	03.02.25 – 09.02.25		2.24 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводяща я аппаратура.гимнастич еский коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
46.			2.25 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводяща я аппаратура.Гимнасти ческий коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
47.	10.02.25 – 16.02.25		2.26 Учебно- тренировочная работа.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Растанцовка - это погружение во внутренний мир человека. Главное не то, как люди двигаются, а что ими движет. Танцевать - это формулировать мысли телесным текстом	Упражнения для развития баланса и равновесия. Работа над дыханием. . Группа передвигается свободно по классу, используя какую-либо форму шага. Каждый имеет возможность выбрать форму шага, интересную ему, или подстроиться к кому-то, копируя его форму. Возможна пристройка третьего, четвертого и т. д. Таких «цепочек» может выстроиться несколько, каждый исполнитель в любой момент может выйти из «цепочки», перейдя в другую, или создать свою форму шага. Можно усложнить задание, задав возможность варьирования скорости движения. Каждый может спонтанно менять скорость передвижения, ускоряя и замедляя его. Партнеры, следующие в «цепочке», могут согласиться с изменением или сохранить свою скорость, таким образом, отделяясь от «цепочки». 2. Существуют четыре основных способа передвижения: шаг, бег, прыжок и вращение. Существует пятый вид — «нетрадиционные» способы: ползком, на четвереньках, перекаты, «колеса» и т. п..	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
48.			2.27 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Передать заданную педагогом эмоциональную окраску через пластику тела.	Работа над эмоциональной окраской движений. Мимикой и выразительностью.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
49.	17.02.25		2.28	Занятие повторение;	2	Звук у танцовщика должен	Комплекс упражнений для развития	Звуковоспроизводяща

	– 23.02.25		Учебно-тренировочная работа.	занятие – репетиция.	часа	вызывать реакцию на движение.	непроизвольную на исполнение	выворотности и гибкости. Развитие силы.	я аппаратура.
50.			2.29 Учебно-тренировочная работа.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа			Комплекс упражнений для развития выворотности и гибкости. Развитие силы.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
51.	24.02.25 – 02.03.25		2.30 Учебно-тренировочная работа.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Цель: посредством ощущений танцовщик должен понять разницу между прямой и кривой, большим и малым и т. д.		Комплекс упражнений для развития выворотности и гибкости. Развитие силы.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
52.			3.9 Свободная пластика	Занятие – репетиция.	2 часа	По мере осознания ощущений веса, инерции и баланса танцоры учатся расслабляться, освобождаться от лишнего мышечного напряжения и отказываться от намерений и установок, противоречащих естественному ходу вещей.		Работа с партнером. Важно не обдумывать, интерпретировать или анализировать свой танец, но исследовать с партнёром возможности совместного творчества, раскрывая естественные двигательные возможности тела и получая от этого удовольствие.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
53.	03.03.25 – 09.03.25		3.10 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Контактная импровизация – это спонтанность, путь, способ общения партнёров друг с другом на языке тела.		Упражнение в парах: «Поток». Один партнер прикасается к другому, как вода, задача второго партнера, отодвинуть воду от себя. Постепенно, увеличиваем силу прикосновения, и увеличивается степень нагрузки мышц, при отодвигании партнера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
54.			3.11 Свободная пластика	Занятие репетиция.	2 часа	Понятие «Парение» - Это не напряжение мышц, а наоборот - их расслабление. Парение даёт возможность почувствовать себя легким, воздушным, свободным (в том числе и в голове). Так движения становятся более мягкими, плавными.		Упражнение «Парение». Партнер 1 задает направление движения, прикасаясь к различным частям тела партнера 2. Второй партнер, не облокачивается, а старается следовать заданному вектору движения. Затем, партнер 1 отходит в сторону, а партнер 2 старается продолжить движения, пытаясь понять внутри своего тела, как оно работает.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
55.	10.03.25 – 16.03.25		3.12 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа			Импровизация от касательных стимулов: Эта импровизация основана на всем том, чего касается танцовщик. Начинаем от ощущений предметов различной текстуры, упругого и вязкого и заканчиваем восприятием, к примеру, хлопка, мокрой ладонью и передачей ощущений от касания партнера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
56.			3.13 Свободная пластика	Занятие репетиция.	2 часа			1. Упражнение «геометрические фигуры» 2. Упражнение «робот» работа со скоростями 3. Упражнение «шмель» работа над фокусом внимания. Импровизация от касательных стимулов.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

57.	17.03.25 – 23.03.25		3.14 Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Приступая к работе, нужно следовать основному закону драматургии. Различать пять основных частей танца: экспозицию, завязку, развитие действия, кульминацию, развязку. Понятие «Экспозиция танца». Экспозиция и финал в нашем случае будут двумя точками. Первая точка – то, откуда Вы идете, вторая – то, куда Вы стремитесь.	Назначение экспозиции – это введение в действие. Здесь зрители знакомятся с действующими лицами: слушая музыку и наблюдая танцующих, понимают, что перед ними люди определенной национальности, живущие или жившие в ту или иную эпоху. Жанры танцев могут быть очень разнообразны, и экспозиция как бы настраивает зрителей на восприятие одного из них. Начните с лейтмотива, затем, соединяйте существующие движения, добавляя что-то для удобства, если это необходимо. Старайтесь избегать привычных движений, которые Вы делаете на классах. Если Вы все же вставляете стандартный перекаат или выход на плечо, попробуйте что-то в нем изменить, дополнить в соответствии с Вашей концепцией. На этом этапе мы снова абстрагируемся от наших чувств и идей, просто склеиваем движения.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
58.			3.15 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «Завязка». Здесь завязывается – начинается действие: здесь герои знакомятся друг с другом, между ними либо между ними и какой-то третьей силой возникают конфликты. Драматургом, сценаристом, композитором, хореографом сделаны в развитии сюжета первые шаги, которые впоследствии приведут к кульминации.	УПРАЖНЕНИЕ 7. Подготовительное упражнение. «Волны». Шесть исполнителей на площадке. Распределить одинаковую комбинацию движений на 8 счетов: а) первый исполняет комбинацию в следующем ритмическом рисунке: 1 — 2 — 3 — пауза. На паузу вступает второй исполнитель, та- ким образом, канон выстраивается с опозданием на 3 счета; б) каждый исполнитель вправе изменить количество счетов и вступи- ть на 5, 7, 2, 4 счета; в) каждый исполнитель может изменить скорость исполнения вариации и исполнить мотив не на 8, а на 4 или 6 счетов.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
59.	24.03.25 – 30.03.25		5.6 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Чтобы движения были точными необходимо добавить «фокус внимания» (это то, куда вы смотрите в тот или иной момент). Есть две распространенные ошибки – смотреть все время себе под ноги или в зрительный зал. В то время как можно фокусировать внимание на движении, на части тела, внутри, в даль, в определенную точку на полу, на кулисах или где-то еще. Фокус внимания – это направление Вашей энергии	Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

60.			5.7 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
61.	31.03.25 – 06.04.25		5.8 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	
62.			5.9 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
63.	07.04.25 – 13.04.25		5.10 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Понятия «лейтмотив» Выбирать движения для лейтмотива необходимо основываясь на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • удовольствии от исполнения движения, • точном соответствии выбранной концепции и тому, как она воплотилась в вашем образно-эмоциональном мире. <p>Понятие «рисунок танца» Перемещение - это направление движения и отрезок, который Вы проходите.</p>	<p>Уточняем, что соблюли тот рисунок, который задумали. Если он модифицировался, то удостоверимся, что это не просто так, а имеет значение. Перекладываем хореографию на определенную музыку, добавляем паузы, нюансы, уточняем как развивается лейтмотив. Точно распределяем свое внимание во время каждого движения, особенно, во время пауз и замедлений.</p> <p>Пройдите свой номер без музыки и уточняем, где должно быть внимание во время каждого движения, исходя из истории, своих ощущений в этой истории. Постарайтесь сохранить уровень внимания при работе под музыку. Распределение внимания может замедлить скорость движения, удлинить паузы, и это будет хорошо. Доработка постановки хореографического номера.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
64.			6.7 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
65.	14.04.25 – 20.04.25		6.8 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
66.			6.9 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

67.	21.04.25 – 27.04.25		6.10 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
68.			6.11 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
69.	28.04.25 – 04.05.25		6.12 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
70.	05.05.25 – 11.05.25		6.13 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
71.	12.05.25 –		6.14 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
72.	18.05.25		7.2 Контрольное занятие	Контроль знаний обучающихся	2 часа	Контрольное занятие проводится в виде отчетного концерта.	Участие группы в Отчетном концерте коллектива.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
Всего: 144 часа								

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Рабочая программа, разработанная на основе
авторской комплексной общеобразовательной
общеразвивающей программы «**Интегро**»,
авторы Ошнуров Н.А., Ошнурова Л.И., Козлитина Е.Ж., Маслова
Е.Ж., Молочная И.С.

Направленность – художественная
Год обучения – 2 год
Возраст учащихся: 13 – 18 лет

Автор:
Козлитина Евгения Жановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Интегро»
2 год обучения
2024– 2025 учебный год**

	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	Фактические				Теоретическая часть занятия /форма деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.	02.09.24 - 08.09.24		1.1 Введение в авторскую общеобразовательную программу.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Знакомство с целями и задачами образовательной программы на учебный год, с содержанием занятий и перспективами на будущее. Техника безопасности.	Вводный контроль: Танцевальный этюды	Звуковоспроизводящая аппаратура.
2.			2.1 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение.	2 часа	Следить за положением спины. Грамотно координировать положение тела при выполнении упражнений. Следить за дыханием.	Комплексные упражнения: 1. И.п. – руки вверх, небольшой наклон назад. Наклон вперед, руки назад. Присяд, руки вперед. Встать с наклоном вперед, руки назад. Выпрямиться, руки вверх. 2. И.п. – основная стойка. Упор присев. Упор лежа. Упор стоя на правом колене, левую ногу назад. Приставляя левую ногу, упор лежа. Повторит с другой ноги. Толчком ног упор присев. Встать в и.п. 3. И.п. – стоя в кругу, держаться за руки внизу. Руки вверх. Наклон вперед, руки назад. Выпрямляясь, присед, руки вперед. Встать, руки вниз. 4. И.п. – руки влево. Приставной шаг влево, параллельные большие лицевые круги книзу. Шаг левой ногой в сторону и прыжок на ней, полусогнутая правая в лево. Дугами к низу руки вправо. То-же в другую сторону с другой ноги. 5. И.п. – стать в круг с интервалом в один шаг лицом к центру, мяч держать внизу двумя руками. Перебросить свой мяч по дуге вверх соседке, стоящей слева, и поймать мяч, брошенный гимнасткой стоящей справа. Два	Звуковоспроизводящая аппаратура; мяч гимнастический

							пружинающих наклона вперед и положить мяч на пол. Пробежать вокруг мяча справа. Взять мяч и приготовиться к повторению упражнения. б. И.п. – сесть лицом друг к другу на расстоянии 3-4 шага, мяч держать внизу двумя руками. Перебросить или перекатить мяч друг другу. Поймасть мяч партнера. Руки с мячем вверх и лечь на спину. Сесть в и.п.	
3.	09.09.24 – 15.09.24		2.2 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Развитие дифференцированного мышечного ощущения. Повторяются все изученные на предыдущих годах обучения движения экзерсиса в различных сочетаниях. Темп нарастает. Координация движений усложняется.	Комплекс упражнений для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура;
4.			2.3 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
5.	16.09.24 - 22.09.24		2.4 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция	2 часа		Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура.
6.			2.5 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	.	Комплекс упражнений Б. Эйфмана для развития гибкости и растяжки:	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
7.	23.09.24 - 29.09.24		2.6 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Усовершенствование навыков отличного выполнения упражнения в зависимости от характера и содержания музыки. Сочетание напряжения одних мышечных групп с расслаблением других.	Классический Экзерсис у станка и на середине зала.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
8.			2.7 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
9.	30.09.24 - 06.10.24		2.8 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.

10.			2.9 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
11.	07.10.24 - 13.10.24		2.10 Учебно-тренировочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Классический Экзерсис у станка и на середине зала	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
12.			4.1 Импровизация	Занятие повторение;	2 часа	Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	Равновесия. Упражнения для развития физических данных: А. силовые упражнения Б. Комбинированные упражнения В. Упражнения на растягивание и расслабление мышечных групп.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
13.	14.10.24 - 20.10.24		4.2 Импровизация	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Выполнение обязательных акробатических элементов. Перекат, кувырок, мост, шпагат.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
14.			4.3 Импровизация	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<i>Отработка обязательных акробатических элементов.</i>	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
15.	21.10.24 - 27.10.24		4.4 Импровизация	Занятие повторение; Занятие изучения новых знаний.	2 часа		Отработка и выполнение обязательных акробатических элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура; коврики.
16.			4.5 Импровизация	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка и выполнение обязательных акробатических элементов.	Звуковоспроизводящая аппаратура. Мат гимнастический, коврики
17.	28.10.24 - 03.11.24		3.1 Свободная пластика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Исполнители должны приобрести навык спонтанно создавать новые формы передвижения. Эти поиски лучше проводить в форме соревнования, игры. Некоторые танцоры используют общую траекторию движения для создания своей хореографии, другие концентрируются на деталях. Многое зависит от скорости восприятия танцоров и их индивидуальности. Процесс поиска движений с помощью импровизации, поскольку именно на этом этапе работы наиболее важна подсознательная, интуитивная составляющая творческого	Основные формы презентации танца в группе. 1. 1.Унисон —простой способ презентации, варианты: а) одновременный унисон, когда вся группа исполняет хореографический текст синхронно и в одинаковом рисунке; б) одновременный дополняющий унисон, при котором одна часть группы исполняет базовую хореографическую фразу, а другая — с дополнительными движениями; в) одновременный контрастный унисон, т. е. две группы исполняют одновременно разный хореографический текст. г) одновременный второстепенный и на переднем плане унисон означает, что одна часть группы играет ведущую роль, в то время как другая исполняет роль фона, который поддерживает и оттеняет главную группу. Второстепенный хореографический текст может состоять из части базового мотива, в то время как главная группа исполняет весь мотив.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

					мышления хореографа. Одновременно с использованием способов передвижения рекомендуется использование динамической характеристики времени движения, связанной с понятиями «скорость» и «ритм».	2. Канон. Построение хореографии где две или несколько групп исполнителей вступают с некоторым опозданием по времени. Эта временная задержка может быть разной: а) последовательный канон: группы или солисты выполняют одинаковую движущую фразу с некоторой задержкой во времени; б) последовательный дополняющий канон, это построение в классической хореографии носит название „вопрос — ответ“ в) последовательный контрастный канон, группы также исполняют движущую фразу по очереди, но есть одно контрастное движение, которое отличает одну группу от другой; г) последовательный второстепенный или на переднем плане канон. Суть этого приема в том, что хореограф использует движение на заднем плане как фон. Т. е. движущая фраза исполняется с остановками, ритмическими задержками, в то время как на переднем плане основная группа или солист исполняет ту же движущую фразу как мелодию. Импровизация является важнейшим направлением хореографического мышления, организации формы танца, специфики танцевального исполнительства.	
18.		3.2 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Танцор слушает голос своего тела, которое выражает глубокие эмоциональные переживания. Особое внимание во время танца уделяется также: Освобождению от мышечных зажимов, Расслабление и освобождение суставов, Выстраивание позвоночника, Налаживание связей между центром тела и его конечностями. Суть Метода Уэйна Макгрегора	Импровизация основана на памяти и степени подготовки импровизирующего, который может составлять композицию из готовых комбинаций, а иногда основывается на конкретной форме или виде танца. Чем богаче выбор выразительных средств, тем неожиданнее и оригинальнее будет его импровизация. Важно учитывать и фактор накопления информации. Система накопления танцевального материала связана с мировоззрением танцовщика или хореографа. Умение почерпнуть из памяти нужную информацию в необходимом количестве и с определенной быстротой — вот что часто требуется от танцовщика или хореографа при создании хореографического образа или произведения. Импровизация требует высокого мастерства, постоянного совершенствования, универсальности знаний, способностей к конструктивному мышлению, владению системой приемов и хореографической школой.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
19.	04.10.24	3.3	Занятие сообщения	2	Исследуя диапазон и содержание	Анализируем поворот. Его можно сделать на	Звуковоспроизводящая

	- 10.11.24		Свободная пластика	(изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	часа	движения, хореограф анализирует весь спектр движения, все его возможности. Каждый из вариантов имеет определенную эмоциональную характеристику, вызывает определенное состояние исполнителя и соответствующее восприятие у зрителя. То есть, исполняя движение и видоизменяя его по различным параметрам, хореограф должен найти движения, которые отражают его замысел.	одной ноге, на двух, на разных частях стопы, прыжками, шагами, на месте, передвигаясь в пространстве, исполнять повороты от себя и к себе (endeog, endedan), с различными вариантами расположения рук и торса, распрямляясь или сжимаясь во время поворота. Все это варианты движения. Вращение на себя выражает закрытость, возможно даже страх, вращение с подскоками и прыжками может выразить радость или волнение, вращение с нарастающей скоростью говорит о возбуждении. Если речь идет о конфликте между двумя людьми, то естественно, что движения должны быть резкими и отталкивающими. И наоборот, когда идея произведения выражает гармонию и согласие, то движения исполнителей должны быть мягкими и спокойными.	я аппаратура.
20.			3.4 Свободная пластика.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Предпосылки появления импровизации. Импровизация, её роль в хореографии. Импровизация заложена в основу природы танцевального искусства. Она выступает как принцип создания хореографического произведения (сфера искусства постановки танца) или как принцип создания хореографического образа (сфера исполнительского искусства).	УПРАЖНЕНИЕ 1. Группа передвигается свободно по классу, используя какую-либо форму шага. Каждый имеет возможность выбрать форму шага, интересную ему, или подстроиться к кому-то, копируя его форму. Возможна пристройка третьего, четвертого и т. д. Таких «цепочек» может выстроиться несколько, каждый исполнитель в любой момент может выйти из «цепочки», перейдя в другую, или создать свою форму шага. Можно усложнить задание, задав возможность варьирования скорости движения. Каждый может спонтанно менять скорость передвижения, ускоряя и замедляя его. Партнеры, следующие в «цепочке», могут согласиться с изменением или сохранить свою скорость, таким образом, отделяясь от «цепочки». 2. Существуют четыре основных способа передвижения: шаг, бег, прыжок и вращение. Существует пятый вид — «нетрадиционные» способы: ползком, на четвереньках, перекаты, «колеса» и т. п..	Звуковоспроизводящая аппаратура.
21.	11.11.24 - 17.11.24		3.5 Свободная пластика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Нетрадиционные способы передвижения. При их исполнении необходим строгий контроль педагога, поскольку эти способы передвижения могут быть травмоопасны. Вращения условно можно разделить на две группы:	УПРАЖНЕНИЕ 2. «Сломанный телефон». Группа двигается по кругу. Первый исполнитель идет присущим ему индивидуальным шагом. Второй заимствует его форму и скорость, но немного утрирует какую-то особенность, третий утрирует второго, четвертый третьего и т. д. В исполнении последнего, замыкающего участника группы форма шага может значительно	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						<p>вращение на месте и вращение с перемещением в пространстве. Вращения на месте можно подразделить на стабильные и лабильные («падающие» вращения).</p>	<p>видоизмениться. Вращения можно исполнять на разных уровнях. Вращения на полу или на коленях достаточно распространены в современном танце. Возможно изменение уровня во время самого вращения, это «штопорные» повороты, во время исполнения которых исполнитель либо поднимается снизу вверх, либо, наоборот опускается сверху вниз. В лабильных вращениях центр тяжести не находится на вертикальной оси, начинающейся в точке опоры, само вращение происходит за счет форса, который возможно брать любой частью тела. Обычно лабильные вращения заканчиваются падением либо несколькими стабилизирующими шагами. Все найденные формы передвижения: шаги, бег, прыжки — могут соединяться с вращением. При исследовании вращения как способа передвижения, исполняется несколько вращений подряд с продвижением по прямой или по дуге.</p>	
22.			3.6 Свободная пластика.	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		<p>УПРАЖНЕНИЕ 3. Создать движенческий мотив, используя вращения на двух ногах: а) по прямой; б) по дуге; в) по кругу; г) используя уровни.</p> <p>УПРАЖНЕНИЕ 4. Найти способы вращения в позах.</p> <p>УПРАЖНЕНИЕ 5. Исполнить несколько вращений с перемещением в пространстве, закончить лабильным вращением и падением.</p> <p>УПРАЖНЕНИЕ 6. Соединить вращение: а) с шагами; б) прыжками; в) нетрадиционными способами передвижения.</p> <p>УПРАЖНЕНИЕ 7. Соединить все способы передвижения с определенным графическим рисунком передвижения, например, смена направления только под прямым углом или передвижение спиралью, зигзагом, по дугам.</p>	Звуковоспроизводящая аппаратура.
23.	18.11.24 - 24.11.24		3.7 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;.	2 часа	<p>Хореограф предлагает танцовщикам различные провокации (задания), которые заставляют их двигаться тем или иным способом, создавая хореографию, которую они не придумали бы без этого задания. Понятие «архитектура дуэта»</p>	Выполнение Упражнений 1 - 5	Звуковоспроизводящая аппаратура.
24.			3.8 Свободная	Занятие повторение; занятие –	2 часа		Выполнение Упражнений 1 - 5	Звуковоспроизводящая аппаратура.

			пластика	репетиция.				
25.	25.11.24 - 01.12.24		5.1 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
26.			5.2 Постановочная работа	Занятие – репетиция.	2 часа	Обращаем особое внимание на характер предлагаемой музыки. Обсуждаем образы, возникающие в голове воспитанников, при прослушивании музыкального материала.	Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
27.	02.12.24 - 08.12.24		5.3 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
28.			5.4 Постановочная работа	Занятие репетиция.	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
29.	09.12.24 - 15.12.24		5.5 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Постановка танцевальных комбинаций, для хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
30.			6.1 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
31.	16.12.24 - 22.12.24		6.2 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
32.			6.3 Репетиционная работа	Занятие репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
33.	23.12.24 - 29.12.24		6.4 Репетиционная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
34.			6.5 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
35.	30.12.24 – 31.12..24		6.6 Репетиционная работа	Занятие – репетиция.	2 часа		Отработка танцевальных комбинаций хореографического номера	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
36.			7.1	Контроль умения	2	Проверка знаний умений и	Тесты:	Звуковоспроизводяща

			Контрольное занятие	применять знания и полученные навыки на практике.	часа	навыков обучающихся полученных за первое полугодие.	Исполнение хореографического номера.	я аппаратура.
37.	09.01.25 – 12.01.25		2.11 Учебно-тренировочная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах: И.п. стать спиной вплотную друг к другу и взяты за руки скрестно вверх. Первые номера пружинящие движения руками вперед (1-3). 4. И.п.. Амплитуда движения постепенно увеличивается. И.п. – то же. 1. Первые номера, наклоняясь вперед, отрывают соупражняющегося от пола. 2. И.п. 3 – 4 наклон делают вторые номера. И.п. стать парами лицом друг к другу и взяться за руки подняв их в сторону. 1 – 2 выпад назад разноименными ногами, свободную ногу вперед на носок, руки вперед, спину в верхней части закруглить, голову наклонить вперед. 3 – 4 И.п. И.п. парами стать вплотную боком друг к другу, взяться ближними руками внизу, дальними вверх. 1 – 2 выпад наружу наклоном внутрь. 3 – 4 и.п. Повернувшись кругом выполнить то же с другой ноги. И.п. парами стать вплотную спиной друг к другу, взяться за руки и поднять их в стороны. 1 – 2 руки вверх, выпад вперед разноименной ногой с наклоном назад. 3 – 4 и.п. выполнить то же с другой ноги. И.п. стать на правое колено лицом друг к другу, что бы носки левых ног соприкасались. Взяться правой рукой впереди, левую в сторону назад. 1 – 2 первые номера сед на пятки, наклон вперед, дугой кверху левую руку назад, голову опустить. Вторые номера – сгибая левую ногу в коленном суставе, поставить ее на носок и перенести на нее тяжесть тела, наклон назад, дугой к низу левую руку вверх. 3 – 4 и.п. И.п. – упор стоя на коленях, руки и бедра перпендикулярны полу. 1 – 2 округлить спину, голову опустить, 3 – 4 голову наклонить назад, прогнуть спину, руки не сгибать. Сначала делать движение плавно, затем резко на один счет и удерживать принятое положение 2, 3 счета. И.п. стойка ноги врозь, руки вверх. 1 – 2 наклон вперед, взяться с тыльной стороны за голени и постараться головой коснуться ног. 3 – 4	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.

38.			2.12 Учебно-тренировочная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения. Техника безопасности при выполнении акробатических элементов.	Обязательные элементы для выполнения: «Мост». И.п.- стойка, ноги врозь, руки вверх. Выполнить мост с максимальным прогибанием. Измерить расстояние от пяток до конца третьего пальца рук. «Складка, сидя на полу». И.п.- сед, ноги вместе. Выполнить наклон вперед. Фиксация положения 5 счетов. «Наклон вперед, стоя на скамейке». И.п.- стойка на скамейке. Выполнить наклон вперед-вниз, стараясь дотянуться руками до пола. Измерить расстояние от плоскости скамейки до конца третьего пальца руки. «Шпагат с опоры». Выполнить шпагат на правую (левую) ногу с опоры. Измерить расстояние от пятки до пола. «Перевод палки». Перевод гимнастической палки с сантиметровой разметкой спереди назад и обратно. Измерить расстояние между кистями рук при выкруте палки прямыми руками. И.п. – лежа на животе. Прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног. Измеряется расстояние между лбом и стопами. «Поднимание туловища назад». Из положения лежа на животе, ноги закреплены на ширине плеч, руки вверх в замок. Поднимание туловища до вертикали. 15 повторений движения. Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на всей ступне. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах. Равновесие на одной ноге. «Пассе» Равновесие на правой ноге на полупальце. Левую ногу согнуть, прижимая стопу к коленному суставу правой ноги, руки в стороны. Засекается время удержания, не сходя с места и не меняя позы, в секундах. Прыжки через скакалку на двух ногах с прямыми ногами в воздухе. Без учета времени. Комплекс упражнений для работы в парах	Звуковоспроизводящая аппаратура. гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
39.	13.01.25 -		2.13 Учебно-	Занятие повторение; занятие –	2 часа	Понятие «устойчивость». Кинетические процессы,	Работа над устойчивостью в основных классических позах:	Звуковоспроизводящая аппаратура.

	19.01.25		тренировочная работа	репетиция.		происходящие в теле, при потере устойчивости. Выделение мышц, которые помогают сохранить устойчивость.	croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназад (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназад (attitude efface`еназад) I arabesque 11 arabesque III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
40.			2.14 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «классическая поза». Художественная манера, стиль, образ выполнения поз. Мышечное ощущение выполнения поз.	Работа над устойчивостью в основных классических позах: croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназад (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназад (attitude efface`еназад) I arabesque 11 arabesque III arabesque IV arabesque e`carteeвперед e`carte`еназад alaseconde	Звуковоспроизводящая аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
41.	20.01.25 – 26.01.25		2.15 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
42.			2.16 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводящая аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
43.	27.01.25 - 02.02.25		2.17 Учебно-тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Классические позы: малые позы — с работающей ногой на полу; средние позы — с работающей ногой на высоте 45", большие позы — с работающей ногой на 90° и выше.	Работа над устойчивостью в основных классических позах: croise`евперед (attitude crois`еевперед) croise`еназад (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназад (attitude efface`еназад) I arabesque 11 arabesque III arabesque	Звуковоспроизводящая аппаратура.гимнастический коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.

							IV arabesque e`carte`евперед e`carte`еназад alaseconde	
44.			2.18 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Работа над устойчивостью в основных классических позах: croise`евперед (attitude crois`евперед) croise`еназади (attitude croise`еназад) efface`евперед (attitude efface`евперед) efface`еназади (attitude efface`еназад)	Звуковоспроизводяща я аппаратура.гимнастич еский коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
45.	03.02.25 – 09.02.25		2.19 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Число повторений и мышечная нагрузка подбираются в соответствии с подготовленностью детей. Для поддержания и развития о.ф.п. выполняются обязательные упражнения.	Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводяща я аппаратура.гимнастич еский коврик, гимнастическая резина, блок для йоги.
46.			2.20 Учебно- тренировочная работа	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа		Комплекс упражнений для работы в парах Обязательные элементы для выполнения:	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
47.	10.02.25 – 16.02.25		4.6 Импровизация	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Растанцовка - это погружение во внутренний мир человека. Главное не то, как люди двигаются, а что ими движет. Танцевать - это формулировать мысли телесным текстом	Упражнения для развития баланса и равновесия. Работа над дыханием. . Группа передвигается свободно по классу, используя какую-либо форму шага. Каждый имеет возможность выбрать форму шага, интересную ему, или подстроиться к кому-то, копируя его форму. Возможна пристройка третьего, четвертого и т. д. Таких «цепочек» может выстроиться несколько, каждый исполнитель в любой момент может выйти из «цепочки», перейдя в другую, или создать свою форму шага. Можно усложнить задание, задав возможность варьирования скорости движения. Каждый может спонтанно менять скорость передвижения, ускоряя и замедляя его. Партнеры, следующие в «цепочке», могут согласиться с изменением или сохранить свою скорость, таким образом, отделяясь от «цепочки». 2. Существуют четыре основных способа передвижения: шаг, бег, прыжок и вращение. Существует пятый вид — «нетрадиционные» способы: ползком, на четвереньках, перекаты, «колеса» и т. п..	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
48.			4.7 Импровизация	Занятие повторение; занятие –	2 часа	Передать заданную педагогом эмоциональную окраску через	Работа над эмоциональной окраской движений. Мимикой и выразительностью.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.

				репетиция.		пластику тела.		
49.	17.02.25 – 23.02.25		4.8 Импровизация	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Звук у танцовщика должен вызывать непроизвольную реакцию на исполнение движения.	Комплекс упражнений для развития выворотности и гибкости. Развитие силы.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
50.			4.9 Импровизация работа.	Занятие – репетиция	2 часа		Комплекс упражнений для развития выворотности и гибкости. Развитие силы.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
51.	24.02.25 – 02.03.25		4.10 Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Цель: посредством ощущений танцовщик должен понять разницу между прямой и кривой, большим и малым и т. д.	Комплекс упражнений для развития выворотности и гибкости. Развитие силы.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
52.			3.9 Свободная пластика	Занятие – репетиция.	2 часа	По мере осознания ощущений веса, инерции и баланса танцоры учатся расслабляться, освобождаться от лишнего мышечного напряжения и отказываться от намерений и установок, противоречащих естественному ходу вещей.	Работа с партнером. Важно не обдумывать, интерпретировать или анализировать свой танец, но исследовать с партнёром возможности совместного творчества, раскрывая естественные двигательные возможности тела и получая от этого удовольствие.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
53.	03.03.25 – 09.03.25		3.10 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа	Контактная импровизация – это спонтанность, путь, способ общение партнёров друг с другом на языке тела.	Упражнение в парах: «Поток». Один партнер прикасается к другому, как вода, задача второго партнера, отодвинуть воду от себя. Постепенно, увеличиваем силу прикосновения, и увеличивается степень нагрузки мышц, при отодвигании партнера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
54.			3.11 Свободная пластика	Занятие репетиция.	2 часа	Понятие «Парение» - Это не напряжение мышц, а наоборот - их расслабление. Парение даёт возможность почувствовать себя легким, воздушным, свободным (в том числе и в голове). Так движения становятся более мягкими, плавными.	Упражнение «Парение». Партнер 1 задает направление движения, прикасаясь к различным частям тела партнера 2. Второй партнер, не облокачивается, а старается следовать заданному вектору движения. Затем, партнер 1 отходит в сторону, а партнер 2 старается продолжить движения, пытаясь понять внутри своего тела, как оно работает.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
55.	10.03.25 – 16.03.25		3.12 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция	2 часа		Импровизация от касательных стимулов: Эта импровизация основана на всем том, чего касается танцовщик. Начинаем от ощущений предметов различной текстуры, упругого и вязкого и заканчиваем восприятием, к примеру, хлопка, мокрой ладонью и передачей ощущений от касания партнера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
56.			3.13 Свободная пластика	Занятие репетиция.	2 часа		1. Упражнение «геометрические фигуры» 2. Упражнение «робот» работа со скоростями 3. Упражнение «шмель» работа над фокусом внимания.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.

							Импровизация от касательных стимулов.	
57.	17.03.25 – 23.03.25		3.14 Свободная пластика	Занятие повторение; занятие – репетиция.	2 часа	Приступая к работе, нужно следовать основному закону драматургии. Различать пять основных частей танца: экспозицию, завязку, развитие действия, кульминацию, развязку. Понятие «Экспозиция танца». Экспозиция и финал в нашем случае будут двумя точками. Первая точка – то, откуда Вы идете, вторая – то, куда Вы стремитесь.	Назначение экспозиции – это введение в действие. Здесь зрители знакомятся с действующими лицами: слушая музыку и наблюдая танцующих, понимают, что перед ними люди определенной национальности, живущие или жившие в ту или иную эпоху. Жанры танцев могут быть очень разнообразны, и экспозиция как бы настраивает зрителей на восприятие одного из них. Начните с лейтмотива, затем, соединяйте существующие движения, добавляя что-то для удобства, если это необходимо. Старайтесь избегать привычных движений, которые Вы делаете на классах. Если Вы все же вставляете стандартный перекал или выход на плечо, попробуйте что-то в нем изменить, дополнить в соответствии с Вашей концепцией. На этом этапе мы снова абстрагируемся от наших чувств и идей, просто склеиваем движения.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
58.			3.15 Свободная пластика	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Понятие «Завязка». Здесь завязывается – начинается действие: здесь герои знакомятся друг с другом, между ними либо между ними и какой-то третьей силой возникают конфликты. Драматургом, сценаристом, композитором, хореографом сделаны в развитии сюжета первые шаги, которые впоследствии приведут к кульминации.	УПРАЖНЕНИЕ 7. Подготовительное упражнение. «Волны». Шесть исполнителей на площадке. Распределить одинаковую комбинацию движений на 8 счетов: а) первый исполняет комбинацию в следующем ритмическом рисунке: 1 — 2 — 3 — пауза. На паузу вступает второй исполнитель, та- ким образом, канон выстраивается с опозданием на 3 счета; б) каждый исполнитель вправе изменить количество счетов и всту- пить на 5, 7, 2, 4 счета; в) каждый исполнитель может изменить скорость исполнения вари- ции и исполнить мотив не на 8, а на 4 или 6 счетов.	Звуковоспроизводящая аппаратура.
59.	24.03.25 – 30.03.25		5.6 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	Чтобы движения были точными необходимо добавить «фокус внимания» (это то, куда вы смотрите в тот или иной момент). Есть две распространенные ошибки – смотреть все время себе под ноги или в зрительный зал. В то время как можно фокусировать внимание на движении, на части тела, внутри, в даль, в определенную точку на полу, на кулисах или где-то еще. Фокус внимания – это	Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводящая аппаратура.

						направление Вашей энергии		
60.			5.7 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
61.	31.03.25 – 06.04.25		5.8 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	
62.			5.9 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний;	2 часа		Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
63.	07.04.25 – 13.04.25		5.10 Постановочная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – репетиция.	2 часа	<p>Понятия «лейтмотив» Выбирать движения для лейтмотива необходимо основываясь на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • удовольствии от исполнения движения, • точном соответствии выбранной концепции и тому, как она воплотилась в вашем образно-эмоциональном мире. <p>Понятие «рисунок танца» Перемещение - это направление движение и отрезок, который Вы проходите.</p>	Уточняем, что соблюли тот рисунок, который задумали. Если он модифицировался, то удостоверимся, что это не просто так, а имеет значение. Перекладываем хореографию на определенную музыку, добавляем паузы, нюансы, уточняем как развивается лейтмотив. Точно распределяем свое внимание во время каждого движения, особенно, во время пауз и замедлений. Пройдите свой номер без музыки и уточняем, где должно быть внимание во время каждого движения, исходя из истории, своих ощущений в этой истории. Постарайтесь сохранить уровень внимания при работе под музыку. Распределение внимания может замедлить скорость движения, удлинить паузы, и это будет хорошо. Доработка постановки хореографического номера.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
64.			6.7 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
65.	14.04.25 – 20.04.25		6.8 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
66.			6.9 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
67.	21.04.25 – 27.04.25		6.10 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерам	Звуковоспроизводяща я аппаратура.

68.			6.11 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
69.	28.04.25 – 04.05.25		6.12 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
70.			6.13 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
71.	05.05.25 –		6.14 Репетиционная работа	Занятие применения знаний, умений, навыков	2 часа		Репетиционная работа над концертными номерами.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.
72.	11.05.25		7.2 Контрольное занятие	Контроль знаний обучающихся	2 часа	Контрольное занятие проводится в виде отчетного концерта.	Участие группы в Отчетном концерте коллектива.	Звуковоспроизводяща я аппаратура.

Всего: 144 часа

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы

«Танцы Востока»,

авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С.,
Попова Т.О., Емельянова Г.И.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 7 – 18 лет

Автор:
Севрюкова Мария Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 1-го года обучения «Танцы Востока»)
 2024 -2025 учебный год

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол- во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	предполож ительные	фактиче ские				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу 1-го года обучения «Танцы Востока». Цели и задачи.									
1.	02.09- 08.09		Введение	Занятие сообщения новых знаний	2	Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» 1 года обучения: Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности	
Раздел 2 История танца -4ч									
2.	02.09- 08.09		2.1 Танцы стран Востока (Египет, Турция)	Занятие сообщения новых знаний. Занятие - дискуссия	2	История развития танца в странах Востока. Особенности египетской танцевальной техники, в сравнении с турецкой, сходства и различия		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Методическо е пособие Н.Гусевой

3.	09.09 – 15.09		2.2 Танцевальные костюмы народов стран Востока	Занятие сообщения новых знаний. Занятие - дискуссия	2	История возникновения костюмов в странах Востока. Отличительные особенности		Воспитание интереса к танцевальному искусству	
Раздел 3. Техника Арабского танца 16 ч.									
4.	09.09 – 15.09		3.1 Правила исполнения базовых элементов техники арабского танца	Занятие сообщения новых знаний.	2	Основное положение ног и рук в арабском танце. Значение хореографии для танцовщицы. Понятие «Изоляция» в арабском танце		Воспитание ответственности	Самоучитель по восточным танцам Л.Брона
5.	16.09-22.09		3.1 Правила исполнения базовых элементов техники арабского танца	Занятие сообщения новых знаний.	2	Основное положение ног и рук в арабском танце. Значение хореографии для танцовщицы. Понятие «Изоляция» в арабском танце		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
6.	16.09-22.09		3.2 Работа с элементами из группы «Пластика»	Занятие формирования умений и навыков. занятие - тренировка	2		Разучивание элементов пластики: Работаем над развитием пластики боковых мышц живота: оттяжки бедрами и грудью.1. Восьмерки: вперед – назад. 2. Круги: таз, грудь.3. Маятник: сверху – снизу.4. Восьмерка вперед с выносом.	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

7.	23.09 – 29.09		3.2 Работа с элементами из группы «Пластика»	Занятие формирования умений и навыков. занятие - тренировка	2		Разучивание элементов пластики: Работаем над развитием пластики боковых мышц живота: оттяжки бедрами и грудью.5. Волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью.6. Большой круг (бочка).7. Тарелка.8. Волна руками	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Основы классической хореографии 16 ч.									
8.	23.09 – 29.09		5.1 Основные позиции ног в хореографии. Координация движений	Занятие формирования умений и навыков. занятие - тренировка	2		изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Работа над выворотностью стопы и координацией движений	Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
9.	30.09 – 06.10		5.2 Основные позиции рук в хореографии. Координация движений				изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук и координацией движений	Воспитание трудолюбия	
10.	30.09 – 06.10		5.3 Работа с хореографическими комбинациями	Занятие формирования умений и навыков.	2	Рассказ об основных элементах, из которых можно формировать комбинации		Воспитание сценической культуры	
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения 12 ч.									
11.	07.10-13.10		4.1. Танцевальные точки зала	Занятие формирования умений и навыков.	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки

12.	07.10- 13.10		4.1. Танцевальные точки зала	Занятие формирования умений и навыков.	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
13.	14.10- 20.10		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски»	Занятие повторение. Занятие - тренировка;	2		Упражнение «Звездочка». Работа по кругу. Отработка элементов из группы «Пластика», работая по кругу: восьмерки: вперед – назад; круги: таз, грудь; маятник: сверху – снизу; волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью; тарелка; волна руками	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 6. Учебно – тренировочная работа 26 ч.									
14.	14.10- 20.10		6.1 Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе	Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
15.	21.10 – 27.10		6.2 Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Комбинированное занятие. занятие - тренировка;	2	Рассказ о выполнении движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
16.	21.10 – 27.10		6.2 Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Комбинированное занятие. занятие - тренировка;	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу, умение держать круг, интервалы. Диагональ класса. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

17.	28.10 – 03.11		6.3 Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ о правилах работы руками, их правильном положении	Работа руками одновременно с выполнением танцевальных шагов, Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Техника Арабского танца 16 ч.									
18.	28.10 – 03.11		3.3 Работа с элементами из группы «Удары»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание элементов из группы «Удары»:1. Удары бедром в сторону.2. Удары вперед – назад.3. Удар от живота назад (собачка).	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
19.	04.11-10.11		3.3 Работа с элементами из группы «Удары»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание элементов из группы «Удары»:3. Удар от живота назад (собачка).4. Скрутка.5. Удар в скрутке	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
20.	04.11-10.11		3.4 Работа с элементами из группы «Тряски»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание элементов из группы «Тряски»1. Тряска коленями (шимми).2. Тряска грудью.3. Тряска ягодицами. 4. Тряска вверх – вниз	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
21.	11.11-17.11		3.5 Танцевальные шаги	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Изучение танцевального шага:1. Приставной. Возвратный (мамба)	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения 12 ч.									

22.	11.11-17.11		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски».	Занятие повторение. занятие - тренировка	2		Отработка элементов из группы «Удары»: удары бедром в сторону; удары вперед – назад; удар от живота назад (собачка). Отработка элементов из группы «Тряски»: тряска коленями (шимми); тряска грудью. Интервалы	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
23.	18.11 – 24.11		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски».	Занятие повторение. занятие - тренировка	2		Отработка элементов из группы «Пластика», работая по кругу: восьмерки: вперед – назад; круги: таз, грудь; маятник: сверху – снизу; волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью; тарелка; волна руками	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
24.	18.11 – 24.11		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски».	Занятие повторение. занятие - тренировка	2		Работа по кругу. Отработка элементов из группы «Пластика», работая по кругу: восьмерки: вперед – назад; круги: таз, грудь; маятник: сверху – снизу; волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью; тарелка; волна руками. Отработка элементов из группы «Удары»: удары бедром в сторону; удары вперед – назад; удар от живота назад (собачка).	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 6. Учебно – тренировочная работа 26 ч.									
25.	25.11 – 01.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ об элементах, используемых в танцевальных комбинациях		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
26.	25.11 – 01.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

27.	02.12-08.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Удары»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
28.	02.12-08.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Тряски»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
29.	09.12 – 15.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
30.	09.12 –15.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ о правилах выполнения танцевальных шагов в связке		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
31.	16.12 – 22.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации с использованием танцевальных шагов: Приставной, возвратный (мамба)	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
32.	16.12 – 22.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации с использованием танцевальных шагов: Приставной, возвратный (мамба)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

33.	23.12 – 29.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации с использованием танцевальных шагов: Приставной, возвратный (мамба)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 12. Общефизическая подготовка 20 ч.									
34.	23.12 – 29.12		12.1 Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
35.	30.12 – 05.01		12.1 Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
36.	30.12 – 05.01		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы). Беседа о правильном дыхании во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Основы классической хореографии 16 ч.									

37.	06.01 – 12.01		5.3 Работа с хореографическими комбинациями	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
38.	06.01 – 12.01		5.3 Работа с хореографическими комбинациями	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
39.	13.01 – 19.01		5.4 Координация движения	Занятие закрепления и развития знаний, умений и навыков	2		Упражнения на координацию движений рук и ног	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
40.	13.01 – 19.01		5.5 Повороты	Занятие–тренировка	2	Рассказ о правилах выполнения поворотов, об устойчивости		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
41.	20.01 – 26.01		5.5 Повороты	Занятие–тренировка	2		поворот «Шене» - техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 7.Арабские ритмы 10ч									
42.	20.01 – 26.01		7.1 Базовые арабские ритмы.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Работа под базовые арабские ритмы: группа «Максумов»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

43.	27.01 – 02.02		7.1 Базовые арабские ритмы.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Работа под базовые арабские ритмы: группа «Максумов»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки,
44.	27.01 – 02.02		7.2 Работа с основными арабскими ритмами.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ об основных арабских ритмах, озвучивание и прослушивание их		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
45.	03.02-09.02		7.2 Работа с основными арабскими ритмами.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Отстукивание и импровизация под ритмы: Максум, Балади, Саиди, Халиджи. Игра «Путаница ритмов»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
46.	03.02-09.02		7.2 Работа с основными арабскими ритмами.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Отстукивание и импровизация под ритмы: Максум, Балади, Саиди, Халиджи. Игра «Путаница ритмов»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 8.Актерское мастерство 6 ч.									
47.	10.02-16.02		8.1 Понятие «Этюд»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
48.	10.02-16.02		8.2 Упражнения актерского мастерства	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Беседа о приемах актерского мастерства		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки

49.	17.02 – 23.02		8.2 Упражнения актерского мастерства	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Упражнения на передачу чувств, при помощи мимики, жестов. Передача различных настроений	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 12. Общефизическая подготовка 20 ч.									
50.	17.02 – 23.02		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
51.	24.02 – 02.03		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
52.	24.02 – 02.03		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

53.	03.03 – 09.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2	Беседа о значимости растяжки для танцора. Чередование упражнений лежа и сидя на полу. Техника выполнения шпагатов		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
54.	03.03 - 09.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврик в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
55.	10.03 - 16.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2		Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
56.	10.03 - 16.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2		Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 10. Музыкальные игры 6 ч.									
57.	17.03 – 23.03		10.1 Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Способы передачи музыкальных образов. Передача характера исполняемых танцев. Акцентировка музыкальных образов		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

58.	17.03 – 23.03		10.1 Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Музыкальные игры организующего характера «Медвежонок», «Часики», «Дискотека», «Танцуйте сидя», «Приглашение», «Перекасти поле»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
59.	24.03 – 30.03		10.1 Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Музыкальные игры организующего характера «Медвежонок», «Часики», «Дискотека», «Танцуйте сидя», «Приглашение», «Перекасти поле»	Воспитание трудолюбия	
Раздел 11. Импровизация 4 ч.									
60.	24.03 – 30.03		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
61.	31.03 – 06.04		Импровизация	Занятие– тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 9. Постановочная работа 20 ч.									

62.	31.03 – 06.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
63.	07.04 – 13.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
64.	07.04 – 13.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
65.	14.04 – 20.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
66.	14.04 – 20.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
67.	21.04- 27.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

68.	21.04-27.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
69.	28.04 – 04.05		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
70.	28.04 – 04.05		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
71.	05.05–11.05		9.2 Индивидуальная работа	Занятие закрепления и развития знаний, умений и навыков	2	Техника выполнения элементов и поворотов из первой части танца.	Индивидуальное исполнение танца «Шахматы» в игровой форме. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Пластика», «Удары», «Тряски» в игровой форме	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 13. Итоговое занятие 2 ч									
72.	05.05–11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие.	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения	Воспитание уверенности в себе	Ноутбук, колонки
			Всего:		144ч.	42ч.	102ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В.Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы

«Танцы Востока»,

авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С.,
Попова Т.О., Емельянова Г.И.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 7 – 18 лет

Автор:

Филатова Ирина Степановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 1-го года обучения «Танцы Востока»)
 2024 -2025 учебный год

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол- во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	предполож ительные	фактиче ские				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу 1-го года обучения «Танцы Востока». Цели и задачи.									
1.	02.09- 08.09		Введение	Занятие сообщения новых знаний	2	Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» 1 года обучения: Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности	
Раздел 2 История танца -4ч									
2.	02.09- 08.09		2.1 Танцы стран Востока (Египет, Турция)	Занятие сообщения новых знаний. Занятие - дискуссия	2	История развития танца в странах Востока. Особенности египетской танцевальной техники, в сравнении с турецкой, сходства и различия		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Методическое пособие Н.Гусевой

3.	09.09 – 15.09		2.2 Танцевальные костюмы народов стран Востока	Занятие сообщения новых знаний. Занятие - дискуссия	2	История возникновения костюмов в странах Востока. Отличительные особенности		Воспитание интереса к танцевальному искусству	
Раздел 3. Техника Арабского танца 16 ч.									
4.	09.09 – 15.09		3.1 Правила исполнения базовых элементов техники арабского танца	Занятие сообщения новых знаний.	2	Основное положение ног и рук в арабском танце. Значение хореографии для танцовщицы. Понятие «Изоляция» в арабском танце		Воспитание ответственности	Самоучитель по восточным танцам Л.Брона
5.	16.09-22.09		3.1 Правила исполнения базовых элементов техники арабского танца	Занятие сообщения новых знаний.	2	Основное положение ног и рук в арабском танце. Значение хореографии для танцовщицы. Понятие «Изоляция» в арабском танце		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
6.	16.09-22.09		3.2 Работа с элементами из группы «Пластика»	Занятие формирования умений и навыков. занятие - тренировка	2		Разучивание элементов пластики: Работаем над развитием пластики боковых мышц живота: отяжки бедрами и грудью.1. Восьмерки: вперед – назад. 2. Круги: таз, грудь.3. Маятник: сверху – снизу.4. Восьмерка вперед с выносом.	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

7.	23.09 – 29.09		3.2 Работа с элементами из группы «Пластика»	Занятие формирования умений и навыков. занятие - тренировка	2		Разучивание элементов пластики: Работаем над развитием пластики боковых мышц живота: оттяжки бедрами и грудью.5. Волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью.6. Большой круг (бочка).7. Тарелка.8. Волна руками	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Основы классической хореографии 16 ч.									
8.	23.09 – 29.09		5.1 Основные позиции ног в хореографии. Координация движений	Занятие формирования умений и навыков. занятие - тренировка	2		изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Работа над выворотностью стопы и координацией движений	Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
9.	30.09 – 06.10		5.2 Основные позиции рук в хореографии. Координация движений				изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук и координацией движений	Воспитание трудолюбия	
10.	30.09 – 06.10		5.3 Работа с хореографическими комбинациями	Занятие формирования умений и навыков.	2	Рассказ об основных элементах, из которых можно формировать комбинации		Воспитание сценической культуры	
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения 12 ч.									
11.	07.10-13.10		4.1. Танцевальные точки зала	Занятие формирования умений и навыков.	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки

12.	07.10- 13.10		4.1. Танцевальные точки зала	Занятие формирования умений и навыков.	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
13.	14.10- 20.10		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски»	Занятие повторение. Занятие - тренировка;	2		Упражнение «Звездочка». Работа по кругу. Отработка элементов из группы «Пластика», работая по кругу: восьмерки: вперед – назад; круги: таз, грудь; маятник: сверху – снизу; волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью; тарелка; волна руками	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 6. Учебно – тренировочная работа 26 ч.									
14.	14.10- 20.10		6.1 Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе	Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
15.	21.10 – 27.10		6.2 Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Комбинированное занятие. занятие - тренировка;	2	Рассказ о выполнении движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
16.	21.10 – 27.10		6.2 Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Комбинированное занятие. занятие - тренировка;	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу, умение держать круг, интервалы. Диагональ класса. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

17.	28.10 – 03.11		6.3 Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ о правилах работы руками, их правильном положении	Работа руками одновременно с выполнением танцевальных шагов, Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Техника Арабского танца 16 ч.									
18.	28.10 – 03.11		3.3 Работа с элементами из группы «Удары»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание элементов из группы «Удары»:1. Удары бедром в сторону.2. Удары вперед – назад.3. Удар от живота назад (собачка).	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
19.	04.11-10.11		3.3 Работа с элементами из группы «Удары»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание элементов из группы «Удары»:3. Удар от живота назад (собачка).4. Скрутка.5. Удар в скрутке	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
20.	04.11-10.11		3.4 Работа с элементами из группы «Тряски»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание элементов из группы «Тряски»1. Тряска коленями (шимми).2. Тряска грудью.3. Тряска ягодицами. 4. Тряска вверх – вниз	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
21.	11.11-17.11		3.5 Танцевальные шаги	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Изучение танцевального шага:1. Приставной. Возвратный (мамба)	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения 12 ч.									

22.	11.11-17.11		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски».	Занятие повторение. занятие - тренировка	2		Отработка элементов из группы «Удары»: удары бедром в сторону; удары вперед – назад; удар от живота назад (собачка). Отработка элементов из группы «Тряски»: тряска коленями (шимми); тряска грудью. Интервалы	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
23.	18.11 – 24.11		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски».	Занятие повторение. занятие - тренировка	2		Отработка элементов из группы «Пластика», работая по кругу: восьмерки: вперед – назад; круги: таз, грудь; маятник: сверху – снизу; волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью; тарелка; волна руками	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
24.	18.11 – 24.11		4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски».	Занятие повторение. занятие - тренировка	2		Работа по кругу. Отработка элементов из группы «Пластика», работая по кругу: восьмерки: вперед – назад; круги: таз, грудь; маятник: сверху – снизу; волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью; тарелка; волна руками. Отработка элементов из группы «Удары»: удары бедром в сторону; удары вперед – назад; удар от живота назад (собачка).	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 6. Учебно – тренировочная работа 26 ч.									
25.	25.11 – 01.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ об элементах, используемых в танцевальных комбинациях		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
26.	25.11 – 01.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

27.	02.12-08.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Удары»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
28.	02.12-08.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Тряски»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
29.	09.12 – 15.12		6.4 Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
30.	09.12 – 15.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ о правилах выполнения танцевальных шагов в связке		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
31.	16.12 – 22.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации с использованием танцевальных шагов: Приставной, возвратный (мамба)	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
32.	16.12 – 22.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации с использованием танцевальных шагов: Приставной, возвратный (мамба)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

33.	23.12 – 29.12		6.5 Танцевальные шаги в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации с использованием танцевальных шагов: Приставной, возвратный (мамба)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 12. Общефизическая подготовка 20 ч.									
34.	23.12 – 29.12		12.1 Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
35.	30.12 – 05.01		12.1 Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
36.	30.12 – 05.01		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы). Беседа о правильном дыхании во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Основы классической хореографии 16 ч.									

37.	06.01 – 12.01		5.3 Работа с хореографическими комбинациями	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
38.	06.01 – 12.01		5.3 Работа с хореографическими комбинациями	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
39.	13.01 – 19.01		5.4 Координация движения	Занятие закрепления и развития знаний, умений и навыков	2		Упражнения на координацию движений рук и ног	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
40.	13.01 – 19.01		5.5 Повороты	Занятие–тренировка	2	Рассказ о правилах выполнения поворотов, об устойчивости		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
41.	20.01 – 26.01		5.5 Повороты	Занятие–тренировка	2		поворот «Шене» - техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 7.Арабские ритмы 10ч									
42.	20.01 – 26.01		7.1 Базовые арабские ритмы.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Работа под базовые арабские ритмы: группа «Максумов»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

43.	27.01 – 02.02		7.1 Базовые арабские ритмы.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Работа под базовые арабские ритмы: группа «Максумов»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки,
44.	27.01 – 02.02		7.2 Работа с основными арабскими ритмами.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ об основных арабских ритмах, озвучивание и прослушивание их		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
45.	03.02-09.02		7.2 Работа с основными арабскими ритмами.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Отстукивание и импровизация под ритмы: Максум, Балади, Саиди, Халиджи. Игра «Путаница ритмов»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
46.	03.02-09.02		7.2 Работа с основными арабскими ритмами.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Отстукивание и импровизация под ритмы: Максум, Балади, Саиди, Халиджи. Игра «Путаница ритмов»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 8.Актерское мастерство 6 ч.									
47.	10.02-16.02		8.1 Понятие «Этюд»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
48.	10.02-16.02		8.2 Упражнения актерского мастерства	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Беседа о приемах актерского мастерства		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки

49.	17.02 – 23.02		8.2 Упражнения актерского мастерства	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Упражнения на передачу чувств, при помощи мимики, жестов. Передача различных настроений	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 12. Общефизическая подготовка 20 ч.									
50.	17.02 – 23.02		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
51.	24.02 – 02.03		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
52.	24.02 – 02.03		12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

53.	03.03 – 09.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2	Беседа о значимости растяжки для танцора. Чередование упражнений лежа и сидя на полу. Техника выполнения шпагатов		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
54.	03.03 - 09.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврик в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
55.	10.03 - 16.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2		Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
56.	10.03 - 16.03		12.3 Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2		Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 10. Музыкальные игры 6 ч.									
57.	17.03 – 23.03		10.1 Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Способы передачи музыкальных образов. Передача характера исполняемых танцев. Акцентировка музыкальных образов		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

58.	17.03 – 23.03		10.1 Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Музыкальные игры организующего характера «Медвежонок», «Часики», «Дискотека», «Танцуйте сидя», «Приглашение», «Перекасти поле»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
59.	24.03 – 30.03		10.1 Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Музыкальные игры организующего характера «Медвежонок», «Часики», «Дискотека», «Танцуйте сидя», «Приглашение», «Перекасти поле»	Воспитание трудолюбия	
Раздел 11. Импровизация 4 ч.									
60.	24.03 – 30.03		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
61.	31.03 – 06.04		Импровизация	Занятие– тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 9. Постановочная работа 20 ч.									

62.	31.03 – 06.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
63.	07.04 – 13.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
64.	07.04 – 13.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
65.	14.04 – 20.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
66.	14.04 – 20.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
67.	21.04 – 27.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

68.	21.04-27.04		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
69.	28.04 – 04.05		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
70.	28.04 – 04.05		9.1 Работа над танцем «Шахматы»	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы»	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
71.	05.05–11.05		9.2 Индивидуальная работа	Занятие закрепления и развития знаний, умений и навыков	2	Техника выполнения элементов и поворотов из первой части танца.	Индивидуальное исполнение танца «Шахматы» в игровой форме. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Пластика», «Удары», «Тряски» в игровой форме	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 13. Итоговое занятие 2 ч									
72.	05.05–11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие.	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения	Воспитание уверенности в себе	Ноутбук, колонки
			Всего:		144ч.	42ч.	102ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Шаги фолка»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Медведева М.А.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 11 – 18 лет

Автор:
Севрюкова Мария Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 1-го года обучения «Шаги фолка»)
2024 -2025 учебный год**

№ п/ п	Календар- ные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактичес- кие материалы, техническо е обеспечени е
	Предполагает ьные	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение – 2 ч									
1.	02.09- 08.09	1.1.	Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний Рассказ - Беседа	2	Знакомство с содержанием программы. Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 2. История танца - 2 ч									
2.	02.09- 08.09	2.1	История зарождения восточного танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Место зарождения и развития восточного танца. Особенности исполнения эстрадной арабской песни и фольклорных стилей, отличительные черты костюма для этих стилей		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 3. Техника арабского танца -14 ч									

3.	02.09-08.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
4.	09.09 – 15.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание сложных элементов: Верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми», неправильная восьмерка тазом с «шимми», маятники с «шимми»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
5.	09.09 – 15.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		». Ливанская тряска, на пятках, на полупальцах, «Сложная бочка». Шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
6.	09.09 – 15.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Беседа об отличительных особенностях исполнения Эстрадной арабской песни. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
7.	16.09-22.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Эстрадной арабской песни. Характерная работа рук	Воспитание интереса к восточному танцу	Музыкальный центр, ноутбук

8.	16.09-22.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Эстрадной арабской песни. Характерная работа рук	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
9.	16.09-22.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Эстрадной арабской песни. Характерная работа рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 12 ч

10.	23.09 – 29.09	4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие сообщения новых знаний	2	Беседа об основных элементах классического стиля Belly dance (Oriental)		Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
11.	23.09 – 29.09	4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие– тренировка	2		Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: .Верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми». Неправильная восьмерка тазом с «шимми». Маятники с «шимми». Ливанская тряска, на пятках, на полупальцах. «Сложная бочка». Шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук

12.	23.09 – 29.09	4.2	Работа с элементами эстрадной арабской песни	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа об основных элементах эстрадной арабской песни		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
13.	30.09 – 06.10	4.2	Работа с элементами эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала и со сменой плоскостей: Характерная работа рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
14.	30.09 – 06.10	4.2	Работа с элементами эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала и со сменой плоскостей: Характерная работа рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
15.	30.09 – 06.10	4.2	Работа по кругу	Занятие – тренировка			Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5 Основы классической хореографии – 20 ч									
16.	07.10-13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2	Основные элементы классического танца. Правила выполнения		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук

17.	07.10- 13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка элементов классического танца, для развития и совершенствования навыков хореографии у учащихся. Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
18.	07.10- 13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2	Основные элементы классического танца. Правила выполнения		Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
19.	14.10- 20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции. Батман тандю из 1 позиции крестом	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
20.	14.10- 20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2	Основные элементы классического танца. Правила выполнения		Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
21.	14.10- 20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Батман тандю из 1 позиции крестом. Батман тандю жете из 1 позиции крестом. Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади).	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
22.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие сообщения новых знаний.	2		Батман релеве лян на 45 градусов. Батман фраппе - сильное ударяющее движение, развивает силу ног, быстроту, ловкость и подвижность колена; изучается вначале в сторону, затем вперед и позднее назад	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук

23.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции. Батман тандю из 1 позиции крестом. Батман тандю жете из 1 позиции крестом. Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади)	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
24.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Батман релеве лян на 45 градусов. Батман фραπε - сильное ударяющее движение, развивает силу ног, быстроту, ловкость и подвижность колена; изучается вначале в сторону, затем вперед и позднее назад	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
25.	28.10 – 03.11	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции. Батман тандю из 1 позиции крестом. Батман тандю жете из 1 позиции крестом. Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади).	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа - 70 ч									

26.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
27.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
28.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
29.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

30.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
31.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
32.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
33.	11.11-17.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Основные элементы танцевального минимума. Правила выполнения элементов, в т.ч. на «шимми». Правила работы рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
34.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Основные элементы танцевального минимума. Правила выполнения элементов, в т.ч. на «шимми». Правила работы рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

35.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки, удары тазом, грудью, твисты	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
36.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка», «косточки»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
37.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки, «скрутка», «косточки».	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
38.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие-показ, групповое,	2		Выполнение танцевального минимума: удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
39.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		тарелочки, удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
40.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка», «косточки»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
41.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

42.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки , удары тазом, грудью, твисты	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 7. Арабские ритмы – 10 ч									
43.	09.12 –15.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	Ритм БАЛЛАДИ / БЕЛИДИ. Учимся слышать повторить.		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
44.	09.12 –15.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	Ритм Халиджи похож на Мальфуж, но играетя более медленно с Думом посередине. Этот ритм можно играть вместе с Карачи, создавая полиритмию, редкую для в восточной музыки		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
45.	09.12 –15.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	Ритм ДАБКА - Фольклорный ритм, часто используемый в Ливане, Сирии и Ираке. ”Дабке”- арабский женский или мужской танец , танцуется в линии по 20-25 человек синхронно		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук

46.	16.12 – 22.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие– тренировка	2		Работа с ритмами «Белади», «Халиджи», «Дабка»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
47.	16.12 – 22.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие– тренировка	2		Работа с ритмами «Белади», «Халиджи», «Дабка»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа- 70 ч									
48.	16.12 – 22.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
49.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальн ый центр, ноутбук
50.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук

51.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
52.	30.12 – 05.01	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
53.	30.12 – 05.01	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
54.	30.12 – 05.01	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
55.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2	Основные элементы Эстрадной арабской песни и их комбинации. Правила работы рук		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
56.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2	Основные элементы Эстрадной арабской песни и их комбинации. Правила работы рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

57.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
58.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
59.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
60.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
61.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни. Работа над ошибками	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
62.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни. Работа над ошибками	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
63.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

64.	27.01 – 02.02	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	–	2	Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
65.	27.01 – 02.02	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	–	2	Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8. Актерское мастерство – 10ч									
66.	27.01 – 02.02	8.1	Понятие «Этюд».	Занятие – тренировка	–	2	Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
67.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие-показ, групповое, интегрированное	–	2	Сценическое или драматическое исполнение популярной или современной лирической арабской эстрадной песни. Костюм должен соответствовать данному стилю, т.е. не желательно использовать костюмы фольклорных стилей	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

68.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Сценическое или драматическое исполнение популярной или современной лирической арабской эстрадной песни. Костюм должен соответствовать данному стилю, т.е. не желательно использовать костюмы фольклорных стилей		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
69.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие–тренировка	2		Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения эстрадной арабской песни	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
70.	10.02-16.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие–тренировка	2		Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения эстрадной арабской песни	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Постановочная работа – 30 ч									
71.	10.02-16.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

72.	10.02-16.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
73.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2		Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Эстрадная песня»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
74.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2		Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
75.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2		Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Эстрадная песня». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
76.	24.02 – 02.03	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2		Разучивание отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца в игровой форме	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
77.	24.02 – 02.03	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2		Разучивание отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца в игровой форме	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 10. Музыкальные игры – 4ч									
78.	24.02 – 02.03	10.1	Работа волосами	Занятие–тренировка	2	Техника выполнения движений под музыку. Особенности работы волосами		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

79.	03.03 – 09.03	10.1	Работа волосами	Занятие– тренировка	2		Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами: восьмерки, сложные восьмерки, круги, перебросы, подкрутки	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 12. Общефизическая подготовка – 20 ч									
80.	03.03 – 09.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальн ый центр, ноутбук
81.	03.03 – 09.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие– тренировка	2		Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы-Мостики».	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
82.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
83.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук

84.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки». Упражнения на мышцы пресса	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
85.	17.03 – 23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы и мышцы пресса	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
86.	17.03 – 23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		:Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы-Мостики». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
87.	17.03 – 23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы- Мостики». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы и мышцы пресса	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
88.	24.03 – 30.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы- Мостики». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

89.	24.03 – 30.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы- Мостики»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Постановочная работа – 30ч									
90.	24.03 – 30.03	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
91.	31.03 –06.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
92.	31.03 – 06.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2		Разучивание элементов и танцевальных комбинаций танца «Мазагат»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
93.	31.03 –06.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание элементов и танцевальных комбинаций танца «Мазагат»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
94.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка всех частей танца	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
95.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание и отработка всех частей танца	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

96.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание и отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
97.	14.04 – 20.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 11. Импровизация – 20 ч

98.	14.04 – 20.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2	Правила выполнения элементов и соединения их в связки. Особенности работы по разным точкам зала		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
99.	14.04 – 20.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2		Понятие «Межансе». Лексический багаж знаний, работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
100.	21.04- 27.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2		Понятие «Межансе». Лексический багаж знаний, работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

101.	21.04- 27.04	11.2	Импровизация под фольклорную музыку	Занятие – тренировка	2	Правила выполнения элементов фольклорного танца и соединения их в связки. Особенности работы по разным точкам зала		Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
102.	21.04- 27.04	11.2	Импровизация под фольклорную музыку	Занятие – тренировка	2		Манера исполнения импровизации под фольклорную музыку. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
103.	28.04 – 04.05	11.2	Импровизация под фольклорную музыку	Занятие – тренировка	2		Манера исполнения импровизации под фольклорную музыку. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
104.	28.04 – 04.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Комбинирован- ное занятие, занятие – тренировка	2	Понятие «Табла соло» - танец, когда звучит один музыкальный инструмент – арабский барабан (Дарбука). Особенности работы под разный темп музыки		Воспитание уверенности в себе	Музыкальн ый центр, ноутбук
105.	28.04 – 04.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук

106.	05.05– 11.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
107.	05.05– 11.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание ответственности	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 10. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация – 2 ч									
108.	05.05– 11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения программы	Воспитание уверенности в себе	Музыкальн ый центр, ноутбук
				Всего:	216 ч	64 ч	152 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Шаги фолка»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Медведева М.А.

Направленность – художественная
Год обучения – 2 год
Возраст учащихся: 11 – 18 лет

Автор:
Попова Татьяна Олеговна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 2-го года обучения «Шаги фолка»)
2024 -2025 учебный год**

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предпожительные	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение– 2 ч									
1.	02.09- 08.09	1.1.	Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний Рассказ - Беседа	2	Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 2. История танца - 2 ч									
2.	02.09- 08.09	2.1	История зарождения восточного танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о классическом стиле Belly dance (Oriental), о фольклорных стилях арабского танца. Особенности исполнения шоу Oriental. отличительные черты костюма для исполнения		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3. Техника арабского танца -14 ч									

3.	02.09- 08.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Правильное исполнение классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов. Работа над мягкостью рук		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальн ый центр, ноутбук
4.	09.09 – 15.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание сложных элементов: Бочка с поворотом и резким наклоном в пол+ работа лопатками. Бочка с тряской «шимми». Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер»	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
5.	09.09 – 15.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Шаг накрест на тряске «шимми». Шаг «Подставка» на тряске «шимми», «бисер» с ударом, в соединении с пластикой. Шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
6.	09.09 – 15.09	3.2	Шоу Oriental	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Беседа об отличительных особенностях исполнения Шоу Oriental. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
7.	16.09-22.09	3.2	Шоу Oriental	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Шоу Oriental. Характерная работа рук	Воспитание интереса к восточному танцу	Музыкальн ый центр, ноутбук

8.	16.09-22.09	3.2	Шоу Oriental	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Шоу Oriental. Характерная работа рук	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
9.	16.09-22.09	3.2	Шоу Oriental	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Шоу Oriental. Характерная работа рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 12 ч									
10.	23.09 – 29.09	4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие сообщения новых знаний	2	Беседа об основных элементах классического стиля Belly dance (Oriental). Важность чистоты и амплитуды исполнения элементов		Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук

11.	23.09 – 29.09	4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие–тренировка	2		Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental). Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: Бочка с поворотом и резким наклоном в пол+ работа лопатками. Бочка с тряской «шимми». Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер». Шаг накрест на тряске «шимми». Шаг «Подставка» на тряске «шимми», «бисер» с ударом, в соединении с пластикой. Шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
12.	23.09 – 29.09	4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Дабка»	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа об основных элементах фольклорного стиля «Дабка»		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
13.	30.09 – 06.10	4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала и со сменой плоскостей. Основные шаги «Дабка» Характерная работа рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

14.	30.09 – 06.10	4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала и со сменой плоскостей. Основные шаги «Дабка» Характерная работа рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
15.	30.09 – 06.10	4.3	Работа по кругу	Занятие – тренировка			Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работа по кругу. Чередование элементов с увеличением и снижением темпа	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5 Основы классической хореографии – 20 ч									
16.	07.10- 13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие– тренировка	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, координация движения. Виды позиций ног		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
17.	07.10- 13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие– тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю». Позиции ног I, II, III	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
18.	07.10- 13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие– тренировка	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, координация движения. Виды позиций ног		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук

19.	14.10-20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра. Отработка «Релеве»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
20.	14.10-20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, координация движения. Виды позиций ног		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
21.	14.10-20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Отработка «Релеве». Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу. Рон де жамб пар тэр	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
22.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие сообщения новых знаний.	2		Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу. Рон де жамб пар тэр, Батман релеве лян, Батман фραπε. Отработка координации движений	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
23.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра. Отработка «Релеве». Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук

24.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Работа стопой в положение «батман тандю». Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра. Отработка «Релеве». Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу. Рон де жамб пар тэр, Батман релеве лян	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
25.	28.10 – 03.11	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю». Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра. Отработка «Релеве»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа - 70 ч

26.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
27.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка сложных танцевальных комбинаций. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

28.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
29.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
30.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
31.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Работа над развитием пластичности и грациозности рук. Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
32.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

33.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
34.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Основные элементы танцевального минимума. Элементы из группы «Пластика». Правила работы рук. Внутренний стержень		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
35.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Выполнение танцевального минимума: все элементы из группы «Пластика» по 40 счетов, добавляя танцевальные элементы «шимми» и «бисер»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
36.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
37.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: все элементы из группы «Пластика» по 40 счетов, добавляя танцевальные элементы «шимми» и «бисер»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
38.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

39.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие-показ, групповое,	2		Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
40.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
41.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
42.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: все элементы из группы «Пластика» по 40 счетов, добавляя танцевальные элементы «шимми» и «бисер».	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 7. Арабские ритмы – 10 ч

43.	09.12 –15.12	7.1	Ритмы «Саиди», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	<p>Ритм «Саиди» земной, тяжёлый. Все движения акцентированы вниз, ими подчёркивается земное притяжение. На «дум» выполняются хлопки руками, «ключи», «бочки», возвратный шаг с «пружинкой», прыжки с ноги на ногу. Ритм «Дабка», часто используемый в Ливане, Сирии и Ираке. ”Дабке”- арабский женский или мужской танец , танцуется в линии по 20-25 человек синхронно</p>		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
-----	--------------	-----	------------------------	----------------------	---	---	--	----------------------------------	----------------------------

44.	09.12 –15.12	7.1	Ритмы «Саиди», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	<p>Ритм «Саиди» земной, тяжёлый. Все движения акцентированы вниз, ими подчёркивается земное притяжение. На «дум» выполняются хлопки руками, «ключи», «бочки», возвратный шаг с «пружинкой», прыжки с ноги на ногу. Ритм «Дабка», часто используемый в Ливане, Сирии и Ираке. ”Дабке”- арабский женский или мужской танец , танцуется в линии по 20-25 человек синхронно</p>		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
-----	--------------	-----	------------------------	-------------------------	---	---	--	----------------------------------	----------------------------

45.	09.12 –15.12	7.1	Ритмы «Саиди», «Дабка»	Занятие – тренировка	–	2	Ритм «Саиди» земной, тяжёлый. Все движения акцентированы вниз, ими подчёркивается земное притяжение. На «дум» выполняются хлопки руками, «ключи», «бочки», возвратный шаг с «пружинкой», прыжки с ноги на ногу. Ритм «Дабка», часто используемый в Ливане, Сирии и Ираке. ”Дабке”- арабский женский или мужской танец , танцуется в линии по 20-25 человек синхронно		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
46.	16.12 – 22.12	7.1	Ритмы «Саиди», «Дабка»	Занятие– тренировка		2		Работа с ритмом «Саиди», «Дабка»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций, как с тростью, так и без	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
47.	16.12 – 22.12	7.1	Ритмы «Саиди», «Дабка»	Занятие– тренировка		2		Работа с ритмом «Саиди», «Дабка»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций, как с тростью, так и без	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа- 70 ч										

48.	16.12 – 22.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка сложных танцевальных комбинаций. Работа над развитием пластичности и грациозности рук.	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
49.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
50.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка сложных танцевальных комбинаций. Работа над развитием пластичности и грациозности рук.	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
51.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
52.	30.12 – 05.01	6.4	Работа с тростью	Занятие – тренировка	2	Основные принципы работы с тростью. Правильное положение трости в руке		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

53.	30.12 – 05.01	6.4	Работа с тростью	Занятие тренировка	–	2		Разучивание и отработка основных приемов работы с тростью: вращение трости, балансирование тростью на голове, груди, бедре, удары тростью. Одновременная работа тростью с выполнением танцевальных элементов	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
54.	30.12 – 05.01	6.4	Работа с тростью	Занятие тренировка	–	2		Разучивание и отработка основных приемов работы с тростью: вращение трости, балансирование тростью на голове, груди, бедре, удары тростью. Одновременная работа тростью с выполнением танцевальных элементов	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальн ый центр, ноутбук
55.	06.01 – 12.01	6.4	Работа с тростью	Занятие тренировка	–	2		Разучивание и отработка основных приемов работы с тростью: вращение трости, балансирование тростью на голове, груди, бедре, удары тростью. Одновременная работа тростью с выполнением танцевальных элементов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
56.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие тренировка	–	2	Основные элементы стиля «Дабка» и их комбинации. Правила работы рук и ног. Шаги		Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
57.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие тренировка	–	2	Основные элементы стиля «Дабка» и их комбинации. Правила работы рук и ног. Шаги		Воспитание ответственности	Музыкальн ый центр, ноутбук

58.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
59.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
60.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
61.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
62.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
63.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
64.	27.01 – 02.02	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка		2	Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля. Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

65.	27.01 – 02.02	6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»	Занятие – тренировка	–	2		Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8. Актерское мастерство – 10ч										
66.	27.01 – 02.02	8.1	Понятие «Этюд».	Занятие – тренировка	–	2		Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
67.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Дабка»	Занятие-показ, групповое, интегрированное		2	«Дабка» - это земной и теплый танец. На первый взгляд манера исполнения тяжеловата, но это потому, что фокус действия – в нижней части тела		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
68.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Дабка»	Занятие-показ, групповое, интегрированное		2	«Дабка» - это земной и теплый танец. На первый взгляд манера исполнения тяжеловата, но это потому, что фокус действия – в нижней части тела		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
69.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Дабка»	Занятие– тренировка		2		Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения стиля «Дабка»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

70.	10.02-16.02	8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Дабка»	Занятие–тренировка	2		Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения стиля «Дабка»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Постановочная работа – 30 ч									
71.	10.02-16.02	9.1	Танец «Шоу Oriental»	Занятие–тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
72.	10.02-16.02	9.1	Танец «Шоу Oriental»	Занятие–тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
73.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Шоу Oriental»	Занятие–тренировка	2		Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Шоу Oriental». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
74.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Шоу Oriental»	Занятие–тренировка	2		Разучивание отработка всех частей танца «Шоу Oriental»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
75.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Шоу Oriental»	Занятие–тренировка	2		Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Шоу Oriental»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

76.	24.02 – 02.03	9.1	Танец «Шоу Oriental»	Занятие–тренировка	2		Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Шоу Oriental»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
77.	24.02 – 02.03	9.1	Танец «Шоу Oriental»	Занятие–тренировка	2		Индивидуальное исполнение танца в игровой форме	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 10. Музыкальные игры – 4ч									
78.	24.02 – 02.03	10.1	Работа волосами	Занятие–тренировка	2	Техника работы волосами под музыку. Особенности работы волосами		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
79.	03.03 – 09.03	10.1	Работа волосами	Занятие–тренировка	2		Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами: подкручивание волос в партере, чистое исполнение прогибов с использованием работы волос	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 12. Общефизическая подготовка – 20 ч									
80.	03.03 – 09.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
81.	03.03 – 09.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

82.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
83.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
84.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Приседания на двух ногах. Ягодичный мостик двумя ногами	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
85.	17.03 –23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях. Приседания на двух ногах. Ягодичный мостик двумя ногами	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
86.	17.03 –23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Ягодичный мостик двумя ногами. Планка на полу под углом 45 градусов. Боковая планка с коленей	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
87.	17.03 –23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях. Приседания на двух ногах	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

88.	24.03 – 30.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Ягодичный мостик двумя ногами. Планка на полу под углом 45 градусов. Боковая планка с коленей	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
89.	24.03 – 30.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях. Приседания на двух ногах. Ягодичный мостик двумя ногами. Планка на полу под углом 45 градусов	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Постановочная работа – 30ч									
90.	24.03 – 30.03	9.2	Танец «Дабка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Техника выполнения поворотов, шагов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
91.	31.03 –06.04	9.2	Танец «Дабка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Техника выполнения поворотов, шагов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
92.	31.03 – 06.04	9.2	Танец «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Разучивание элементов и танцевальных комбинаций, входящих в танец	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
93.	31.03 –06.04	9.2	Танец «Дабка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание и отработка всех частей танца «Дабка»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

94.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Разучивание элементов и танцевальных комбинаций, входящих в танец. Разучивание и отработка всех частей танца «Дабка»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
95.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Дабка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание элементов и танцевальных комбинаций, входящих в танец. Разучивание и отработка всех частей танца «Дабка»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
96.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка всех частей танца «Дабка». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
97.	14.04 – 20.04	9.2	Танец «Дабка»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка всех частей танца «Дабка». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 11. Импровизация – 20 ч

98.	14.04 – 20.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2	Понятие «Межансе». Разбор классической арабской музыки		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
99.	14.04 – 20.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2		Работа над основными проходками для использования в импровизации под музыку «Межансе». Работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

100.	21.04- 27.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2		Работа над основными проходами для использования в импровизации под музыку «Межансе». Работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
101.	21.04- 27.04	11.2	Импровизация под фольклорные стили	Занятие – тренировка	2	Правила выполнения элементов фольклорного танца и соединения их в связки. Особенности работы по разным точкам зала		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
102.	21.04- 27.04	11.2	Импровизация под фольклорные стили	Занятие – тренировка	2		Манера исполнения импровизации под музыку «шааби», «халиджи», «дабка», «саиди». Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
103.	28.04 – 04.05	11.2	Импровизация под фольклорные стили	Занятие – тренировка	2		Манера исполнения импровизации под музыку «шааби», «халиджи», «дабка», «саиди». Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
104.	28.04 – 04.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2	Понятие «Табла соло» - танец, когда звучит один музыкальный инструмент – арабский барабан (Дарбука). Особенности работы под разный темп музыки		Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук

105.	28.04 – 04.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Работа над основными проходками для использования в импровизации под «Табла соло». Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
106.	05.05– 11.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Работа над основными проходками для использования в импровизации под «Табла соло». Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
107.	05.05– 11.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Работа над основными проходками для использования в импровизации под «Табла соло». Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 10. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация – 2 ч									
108.	05.05– 11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения программы	Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
				Всего:	216 ч	64 ч	152 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» Августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДЦТ
С.В. Андреев
«30» Августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Шаги фолка»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Медведева М.А.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 11 – 18 лет

Автор:
Филатова Ирина Степановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 1-го года обучения «Шаги фолка»)
2024 -2025 учебный год

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предпожительные	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение – 2 ч									
1.	02.09- 08.09	1.1.	Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний Рассказ - Беседа	2	Знакомство с содержанием программы. Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 2. История танца - 2 ч									
2.	02.09- 08.09	2.1	История зарождения восточного танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Место зарождения и развития восточного танца. Особенности исполнения эстрадной арабской песни и фольклорных стилей, отличительные черты костюма для этих стилей		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3. Техника арабского танца -14 ч									

3.	02.09-08.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
4.	09.09 – 15.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание сложных элементов: Верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми», неправильная восьмерка тазом с «шимми», маятники с «шимми»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
5.	09.09 – 15.09	3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		». Ливанская тряска, на пятках, на полупальцах, «Сложная бочка». Шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
6.	09.09 – 15.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Беседа об отличительных особенностях исполнения Эстрадной арабской песни. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
7.	16.09-22.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Эстрадной арабской песни. Характерная работа рук	Воспитание интереса к восточному танцу	Музыкальный центр, ноутбук

8.	16.09-22.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Эстрадной арабской песни. Характерная работа рук	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
9.	16.09-22.09	3.2	Эстрадная арабская песня	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Разучивания элементов, характерных для Эстрадной арабской песни. Характерная работа рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 12 ч

10.	23.09 – 29.09	4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие сообщения новых знаний	2	Беседа об основных элементах классического стиля Belly dance (Oriental)		Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
11.	23.09 – 29.09	4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие– тренировка	2		Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: .Верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми». Неправильная восьмерка тазом с «шимми». Маятники с «шимми». Ливанская тряска, на пятках, на полупальцах. «Сложная бочка». Шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук

12.	23.09 – 29.09	4.2	Работа с элементами эстрадной арабской песни	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа об основных элементах эстрадной арабской песни		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
13.	30.09 – 06.10	4.2	Работа с элементами эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала и со сменой плоскостей: Характерная работа рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
14.	30.09 – 06.10	4.2	Работа с элементами эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала и со сменой плоскостей: Характерная работа рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
15.	30.09 – 06.10	4.2	Работа по кругу	Занятие – тренировка			Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5 Основы классической хореографии – 20 ч									
16.	07.10-13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2	Основные элементы классического танца. Правила выполнения		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук

17.	07.10- 13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Разучивание и отработка элементов классического танца, для развития и совершенствования навыков хореографии у учащихся. Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
18.	07.10- 13.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2	Основные элементы классического танца. Правила выполнения		Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
19.	14.10- 20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции. Батман тандю из 1 позиции крестом	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
20.	14.10- 20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2	Основные элементы классического танца. Правила выполнения		Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
21.	14.10- 20.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие–тренировка	2		Батман тандю из 1 позиции крестом. Батман тандю жете из 1 позиции крестом. Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади).	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
22.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие сообщения новых знаний.	2		Батман релеве лян на 45 градусов. Батман фраппе - сильное ударяющее движение, развивает силу ног, быстроту, ловкость и подвижность колена; изучается вначале в сторону, затем вперед и позднее назад	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук

23.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции. Батман тандю из 1 позиции крестом. Батман тандю жете из 1 позиции крестом. Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади)	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
24.	21.10 – 27.10	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Батман релеве лян на 45 градусов. Батман фραπε - сильное ударяющее движение, развивает силу ног, быстроту, ловкость и подвижность колена; изучается вначале в сторону, затем вперед и позднее назад	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
25.	28.10 – 03.11	5.1	Элементы классического танца	Занятие – тренировка	2		Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции. Батман тандю из 1 позиции крестом. Батман тандю жете из 1 позиции крестом. Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади).	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа - 70 ч									

26.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
27.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
28.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
29.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

30.	04.11-10.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2	Основные комбинации классического стиля Belly dance. Правила выполнения элементов на «шимми». Правила работы рук		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
31.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
32.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие — тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
33.	11.11-17.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Основные элементы танцевального минимума. Правила выполнения элементов, в т.ч. на «шимми». Правила работы рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
34.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Основные элементы танцевального минимума. Правила выполнения элементов, в т.ч. на «шимми». Правила работы рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

35.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки , удары тазом, грудью, твисты	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
36.	18.11 – 24.11	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка», «косточки»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
37.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие-показ, групповое, интегрированно е	2		Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки, «скрутка, «косточки».	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
38.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие-показ, групповое,	2		Выполнение танцевального минимума: удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми»	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
39.	25.11 – 01.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		тарелочки , удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
40.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка, «косточки»	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
41.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук

42.	02.12-08.12	6.2	Танцевальный минимум	Занятие – тренировка	2		Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки , удары тазом, грудью, твисты	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 7. Арабские ритмы – 10 ч									
43.	09.12 –15.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	Ритм БАЛЛАДИ / БЕЛИДИ. Учимся слышать повторить.		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
44.	09.12 –15.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	Ритм Халиджи похож на Мальфуж, но играется более медленно с Думом посередине. Этот ритм можно играть вместе с Карачи, создавая полиритмию, редкую для в восточной музыки		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
45.	09.12 –15.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие – тренировка	2	Ритм ДАБКА - Фольклорный ритм, часто используемый в Ливане, Сирии и Ираке. ”Дабке”- арабский женский или мужской танец , танцуется в линии по 20-25 человек синхронно		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук

46.	16.12 – 22.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие– тренировка	2		Работа с ритмами «Белади», «Халиджи», «Дабка»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
47.	16.12 – 22.12	7.1	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»	Занятие– тренировка	2		Работа с ритмами «Белади», «Халиджи», «Дабка»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа- 70 ч									
48.	16.12 – 22.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук
49.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальн ый центр, ноутбук
50.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание сценической культуры	Музыкальн ый центр, ноутбук

51.	23.12 – 29.12	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
52.	30.12 – 05.01	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
53.	30.12 – 05.01	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
54.	30.12 – 05.01	6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
55.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2	Основные элементы Эстрадной арабской песни и их комбинации. Правила работы рук		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
56.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2	Основные элементы Эстрадной арабской песни и их комбинации. Правила работы рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

57.	06.01 – 12.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
58.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
59.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
60.	13.01 – 19.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
61.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни. Работа над ошибками	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
62.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни. Работа над ошибками	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
63.	20.01 – 26.01	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	2		Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

64.	27.01 – 02.02	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	–	2	Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
65.	27.01 – 02.02	6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни	Занятие – тренировка	–	2	Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8. Актерское мастерство – 10ч									
66.	27.01 – 02.02	8.1	Понятие «Этюды».	Занятие – тренировка	–	2	Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
67.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие-показ, групповое, интегрированное	–	2	Сценическое или драматическое исполнение популярной или современной лирической арабской эстрадной песни. Костюм должен соответствовать данному стилю, т.е. не желательно использовать костюмы фольклорных стилей	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

68.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Сценическое или драматическое исполнение популярной или современной лирической арабской эстрадной песни. Костюм должен соответствовать данному стилю, т.е. не желательно использовать костюмы фольклорных стилей		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
69.	03.02-09.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие–тренировка	2		Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения эстрадной арабской песни	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
70.	10.02-16.02	8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни	Занятие–тренировка	2		Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения эстрадной арабской песни	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Постановочная работа – 30 ч									
71.	10.02-16.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие–тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

72.	10.02-16.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие– тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
73.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие– тренировка	2		Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Эстрадная песня»	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
74.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие– тренировка	2		Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца	Воспитание ответственности	Музыкальн ый центр, ноутбук
75.	17.02 – 23.02	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие– тренировка	2		Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Эстрадная песня». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
76.	24.02 – 02.03	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие– тренировка	2		Разучивание отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца в игровой форме	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
77.	24.02 – 02.03	9.1	Танец «Эстрадная песня»	Занятие– тренировка	2		Разучивание отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца в игровой форме	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 10. Музыкальные игры – 4ч									
78.	24.02 – 02.03	10.1	Работа волосами	Занятие– тренировка	2	Техника выполнения движений под музыку. Особенности работы волосами		Воспитание ответственности	Музыкальн ый центр, ноутбук

79.	03.03 – 09.03	10.1	Работа волосами	Занятие– тренировка	2		Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами: восьмерки, сложные восьмерки, круги, перебросы, подкрутки	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 12. Общефизическая подготовка – 20 ч									
80.	03.03 – 09.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальн ый центр, ноутбук
81.	03.03 – 09.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие– тренировка	2		Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы-Мостики».	Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
82.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание стремления к развитию	Музыкальн ый центр, ноутбук
83.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Правила выполнения упражнений на растяжку и на силу мышц. Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук

84.	10.03 -16.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки». Упражнения на мышцы пресса	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
85.	17.03 – 23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы и мышцы пресса	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
86.	17.03 – 23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		:Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы-Мостики». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
87.	17.03 – 23.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы- Мостики». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы и мышцы пресса	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
88.	24.03 – 30.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы- Мостики». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

89.	24.03 – 30.03	12.1	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	Занятие–тренировка	2		Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы- Мостики»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Постановочная работа – 30ч									
90.	24.03 – 30.03	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
91.	31.03 –06.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2	Техника выполнения поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
92.	31.03 – 06.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2		Разучивание элементов и танцевальных комбинаций танца «Мазагат»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
93.	31.03 –06.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание элементов и танцевальных комбинаций танца «Мазагат»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
94.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка всех частей танца	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
95.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание и отработка всех частей танца	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

96.	07.04 – 13.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Разучивание и отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
97.	14.04 – 20.04	9.2	Танец «Мазагат»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 11. Импровизация – 20 ч

98.	14.04 – 20.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2	Правила выполнения элементов и соединения их в связки. Особенности работы по разным точкам зала		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
99.	14.04 – 20.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2		Понятие «Межансе». Лексический багаж знаний, работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
100.	21.04- 27.04	11.1	Импровизация под «Межансе»	Занятие – тренировка	2		Понятие «Межансе». Лексический багаж знаний, работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

101.	21.04- 27.04	11.2	Импровизация под фольклорную музыку	Занятие – тренировка	2	Правила выполнения элементов фольклорного танца и соединения их в связки. Особенности работы по разным точкам зала		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
102.	21.04- 27.04	11.2	Импровизация под фольклорную музыку	Занятие – тренировка	2		Манера исполнения импровизации под фольклорную музыку. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
103.	28.04 – 04.05	11.2	Импровизация под фольклорную музыку	Занятие – тренировка	2		Манера исполнения импровизации под фольклорную музыку. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
104.	28.04 – 04.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2	Понятие «Табла соло» - танец, когда звучит один музыкальный инструмент – арабский барабан (Дарбука). Особенности работы под разный темп музыки		Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
105.	28.04 – 04.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

106.	05.05– 11.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание трудолюбия	Музыкальн ый центр, ноутбук
107.	05.05– 11.05	11.3	Импровизация под «Табла соло»	Занятие – тренировка	2		Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией	Воспитание ответственности	Музыкальн ый центр, ноутбук
Раздел 10. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация – 2 ч									
108.	05.05– 11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения программы	Воспитание уверенности в себе	Музыкальн ый центр, ноутбук
				Всего:	216 ч	64 ч	152 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДЦТ
С.В.Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Обучение современному танцу»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.

Направленность – художественная

Год обучения – 2 год

Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Севрюкова Мария Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем» 2 год обучения

2024 – 2025 учебный год

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1 Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Обучение современному танцу» 2-го года обучения Цели и задачи.									
1.	02.09- 08.09		Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Обучение современному танцу» 1-го года обучения. Цели и задачи.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Обучение современному танцу» 2 года обучения: цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности.		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	
Раздел. 2 История танца									
2.	02.09- 08.09		История развития современного танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	История развития современного танца. Основные направления современного танца		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Методическое пособие Н.Н. Плотниковой

Раздел. 3 Техника современного танца

3.	02.09- 08.09	3.1	Правила исполнения базовых элементов техники модерн-джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия, занятие – тренировка	2	Беседа об особенностях исполнения элементов модерн-джаз танца. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения.		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
4.	09.09 – 15.09	3.1	Правила исполнения базовых элементов техники модерн-джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отработка основных движений под счёт, под музыку; соединение движений в связки под счёт и под музыку; отработка танцевальных композиций.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
5.	09.09 – 15.09	3.1	Правила исполнения базовых элементов техники модерн-джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отработка упражнений для позвоночникаИспользование и отработка мультипликации, расширения и сжатия (release и contraction).	Способствовать формированию у учащихся навыков координации при выполнении техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

6.	09.09 – 15.09	3.2	Работа над комплексами изоляций	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка.	2		Координация изолированных центров, координация 2-х центров в одновременном параллельном движении. Голова: соединение движений с другими центрами; sundari-квадрат и sundarikруг. Плечи: разно-ритмические комбинации; соединение: с движениями других центров. Грудная клетка в сочетании с различными движениями; круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости. Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений. Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release).	Способствовать формированию у учащихся развития изолированных центров	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
7.	16.09-22.09	3.3	Партерные перекаты (транзишен) Партер (техника низкого полета)	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Техника партерных перекатов и упражнений: перекаты через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика), перекаты через одно плечо.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения партерных перекатов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

8.	16.09-22.09	3.3	Партерные перекаты (транзишен) Партер (техника низкого полета)	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Транзишен по полу; Поза «зародыша»; прямые повороты на полу (бревно). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliase.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения партерных перекатов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
9.	16.09-22.09	3.4	Комбинации шагов. Прыжки	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Шаги в модерн-джазе манере, кроссе + Kick (пинок). Комбинации шагов, соединенных с вращениями.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения шагов, прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
10.	23.09 – 29.09	3.4	Комбинации шагов. Прыжки	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Комбинации прыжков («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик» и другие).		Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения

11.	23.09 – 29.09	4.1	Танцевальные точки зала.	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Правила работы по танцевальным точкам.		Способствовать формированию у учащихся навыков ориентации в зале.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	-----	--------------------------	--	---	--	--	---	---

12.	23.09 – 29.09	4.2	Отработка элементов партерных перекатов, комбинаций шагов, прыжков.	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Партерные перекаты и упражнения, перекаты через одно плечо, транзишен по полу. Отработка комбинаций шагов и прыжков.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения партерных перекатов, комбинаций, прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
13.	30.09 – 06.10	4.2	Отработка элементов партерных перекатов, комбинаций шагов, прыжков.	занятие – тренировка	2		Партерные перекаты и упражнения, перекаты через одно плечо, транзишен по полу. Отработка комбинаций шагов и прыжков.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения партерных перекатов, комбинаций, прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел. 5 Основы классической хореографии

14.	30.09 – 06.10	5.1	Основные позиции ног в хореографии. Координация движений.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – тренировка	2		Работа над выворотностью стопы: изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Отработка demi plie - (деми плие) - неполное «приседание», grand plie-(гранд плие)-глубокое, большое «приседание» и отработка всех plie с различными движениями рук.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения позий ног в классической хореографии.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	-----	---	---	---	--	---	---	---

15.	30.09 – 06.10	5.1	Основные позиции ног в хореографии. Координация движений.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Plie в сочетании с contraction и release. Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании со спиралями в корпусе. Tilt (угол), с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и releos). Battement tendu и Battement tendu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения позий ног в классической хореографии.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
16.	07.10- 13.10	5.1	Основные позиции ног в хореографии. Координация движений.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Rond de jamb par terre с подготовкой к турам: battement fondu во всех направлениях; grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка; rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром. Grand Battement Jete Адажио	Способствовать формированию грамотности правил выполнения позий ног в классической хореографии.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
17.	07.10- 13.10	5.2	Основные позиции рук в хореографии. Координация движений.	занятие – тренировка	2		Изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения позиций рук в классической хореографии.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

18.	07.10- 13.10	5.2	Основные позиции рук в хореографии. Координация движений.	занятие – тренировка	2		Работа над правильной хореографией рук.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения позиций рук в классической хореографии.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел. 3 Техника современного танца									
19.	14.10- 20.10	3.5	Техника вращения, координация движения.	занятие – тренировка	2		Вращение как способ перемещения в пространстве. Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360°.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения вращений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
20.	14.10- 20.10	3.5	Техника вращения, координация движения.	занятие – тренировка	2		Отработка упражнений на координацию движений.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения вращений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел. 5 Основы классической хореографии									
21.	14.10- 20.10	5.3	Хореографические комбинации.	занятие – тренировка	2		Хореографические комбинации ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

22.	21.10 – 27.10	5.3	Хореографические комбинации.	занятие – тренировка	2		Хореографические комбинации рук: I – port de bras.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
23.	21.10 – 27.10	5.3	Хореографические комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Постановка корпуса.«Внутренний стержень».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
24.	21.10 – 27.10	5.3	Хореографические комбинации.	занятие – тренировка	2		Хореографические комбинации ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Хореографические комбинации рук: I – port de bras. Постановка корпуса.«Внутренний стержень».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
25.	28.10 – 03.11	5.4	Повороты.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Техника исполнения поворотов «Шене». Правило зрительной точки.	Способствовать формированию грамотности выполнения поворотов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа

26.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Танцевальные комбинации с использованием элементов из групп «Упражнения для позвоночника». Перемещение в пространстве. «Комплексы изоляций» Отработка мультипликации.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
27.	28.10 – 03.11	6.1	Танцевальные комбинации.	занятие – тренировка	2		Танцевальные комбинации с использованием элементов из групп «Упражнения для позвоночника». Перемещение в пространстве. «Комплексы изоляций» Отработка мультипликации.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения									
28.	04.11-10.11	4.2	Отработка элементов партерных перекатов, комбинаций шагов, прыжков.	Занятие – тренировка	2		Партерные перекаты и упражнения, перекаты через одно плечо, транзишен по полу. Отработка комбинаций шагов и прыжков.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения партерных перекатов, комбинаций, прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

29.	04.11-10.11	4.2	Отработка элементов партерных перекатов, комбинаций шагов, прыжков.	Занятие — тренировка	2		Партерные перекаты и упражнения, перекаты через одно плечо, транзишен по полу. Отработка комбинаций шагов и прыжков.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения партерных перекатов, комбинаций, прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
30.	04.11-10.11	4.2	Отработка элементов партерных перекатов, комбинаций шагов, прыжков.	Занятие — тренировка	2		Партерные перекаты и упражнения, перекаты через одно плечо, транзишен по полу. Отработка комбинаций шагов и прыжков.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения партерных перекатов, комбинаций, прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа									
31.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации.	Занятие – тренировка, дискуссия	2		Танцевальные комбинации с использованием элементов из групп «Упражнения для позвоночника». Перемещение в пространстве. «Комплексы изоляций» Отработка мультимедиа.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

32.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Танцевальные комбинации с использованием элементов из групп «Упражнения для позвоночника». Перемещение в пространстве. «Комплексы изоляций» Отработка мультипликации.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
33.	11.11-17.11	6.1	Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Танцевальные комбинации с использованием элементов из групп «Упражнения для позвоночника». Перемещение в пространстве. «Комплексы изоляций» Отработка мультипликации.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
34.	18.11 – 24.11	6.1	Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Танцевальные комбинации с использованием элементов из групп «Упражнения для позвоночника». Перемещение в пространстве. «Комплексы изоляций» Отработка мультипликации.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
35.	18.11 – 24.11	6.1	Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Танцевальные комбинации с использованием элементов из групп «Упражнения для позвоночника». Перемещение в пространстве. «Комплексы изоляций» Отработка мультипликации.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

36.	18.11 – 24.11	6.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса.	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу. Интервалы.	Способствовать формированию у учащихся навыков работы по кругу и диагонали.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
37.	25.11 – 01.12	6.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу. Интервалы.	Способствовать формированию у учащихся навыков работы по кругу и диагонали.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
38.	25.11 – 01.12	6.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу. Интервалы.	Способствовать формированию у учащихся навыков работы по кругу и диагонали.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
39.	25.11 – 01.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

40.	02.12-08.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
41.	02.12-08.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
42.	02.12-08.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Занятие-показ, групповое, интегрированное занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

43.	09.12 –15.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
44.	09.12 –15.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
45.	09.12 –15.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

46.	16.12 – 22.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
47.	16.12 – 22.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
48.	16.12 – 22.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Комбинированное занятие. – занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

49.	23.12 – 29.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
50.	23.12 – 29.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
51.	23.12 – 29.12	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

52.	30.12 – 05.01	6.3	Танцевальные шаги в связке. Работа руками.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации с одновременной работой руками. Движения одноименные и разноименные руками и ногами. Танцевальные комбинации с использованием танцевальных шагов.	Способствовать формированию грамотности выполнения танцевальных комбинаций, шагов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
53.	30.12 – 05.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Техника и правила выполнения партера (низкого полета), гимнастических элементов.		Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
54.	30.12 – 05.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
55.	06.01 – 12.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

56.	06.01 – 12.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
57.	06.01 – 12.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
58.	13.01 – 19.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
59.	13.01 – 19.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

60.	13.01– 19.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
61.	20.01 – 26.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
62.	20.01 – 26.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
63.	20.01 – 26.01	6.4	Партер (техника низкого полета).	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повторение и отработка поворотов на полу. Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.	Способствовать формированию грамотности выполнения партера, гимнастических элементов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 7.Актёрское мастерство									

64.	27.01 – 02.02	7.1	Понятие «Этюд». Танцевальные этюды.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Работа с художественными образами в танце. Эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание»).	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения танцевальных этюдов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
65.	27.01 – 02.02	7.1	Понятие «Этюд». Танцевальные этюды.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Танцевальные этюды, комбинации из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения танцевальных этюдов.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
66.	27.01 – 02.02	7.2	Манера исполнения современного танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Эмоциональность актерского мастерства в процессе занятий танцами.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильной манеры исполнения.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
67.	03.02-09.02	7.2	Манера исполнения современного танца.	Занятие закрепления новых знаний. занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Манера исполнения современного танца. Манера исполнения джазового танца.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильной манеры исполнения.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
68.	03.02-09.02	7.2	Манера исполнения современного танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Манера и поведение на сцене. Расстановка правильных акцентов глазами, улыбка в танце, мимика лица.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильной манеры исполнения.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 8. Постановочная работа

69.	03.02-09.02	8.1	Танец «Графити».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Техника выполнения шагов, поворотов и элементов танца. Понятие «Хореографический рисунок».		Способствовать формированию знаний о выполнении поворотов и элементов танца.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аус (разъем для подключения внешнего носителя)
70.	10.02-16.02	8.1	Танец «Графити».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Танцевальные техники, в танце «Графити». Работа над хореографическим рисунком танца. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Графити» и всего танца. Индивидуальное исполнение танца «Графити» в игровой форме.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аус (разъем для подключения внешнего носителя)
71.	10.02-16.02	8.1	Танец «Графити».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Танцевальные техники, в танце «Графити». Работа над хореографическим рисунком танца. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Графити» и всего танца. Индивидуальное исполнение танца «Графити» в игровой форме.	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аус (разъем для подключения внешнего носителя)

72.	10.02-16.02	8.1	Танец «Графити».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Танцевальные техники, в танце «Графити». Работа над хореографическим рисунком танца. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Графити» и всего танца. Индивидуальное исполнение танца «Графити» в игровой форме.	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
73.	17.02 – 23.02	8.1	Танец «Графити».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Танцевальные техники, в танце «Графити». Работа над хореографическим рисунком танца. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Графити» и всего танца. Индивидуальное исполнение танца «Графити» в игровой форме.	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
74.	17.02 – 23.02	8.1	Танец «Графити».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Танцевальные техники, в танце «Графити». Работа над хореографическим рисунком танца. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Графити» и всего танца. Индивидуальное исполнение танца «Графити» в игровой форме.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

75.	17.02 – 23.02	8.1	Танец «Графити».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Танцевальные техники, в танце «Графити». Работа над хореографическим рисунком танца. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Графити» и всего танца. Индивидуальное исполнение танца «Графити» в игровой форме.	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	-----	------------------	---	---	--	--	--	---

Раздел. 10. Импровизация

76.	24.02 – 02.03		Импровизация	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Контактная импровизация, контакт в дуэте: физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением).	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	--------------	---	---	--	---	--	---

77.	24.02 – 02.03		Импровизация	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание»). «Перетекание».	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	--------------	---	---	--	---	--	---

Раздел 8. Постановочная работа

78.	24.02 – 02.03	8.2	«Постановка с шарфом».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2	Техника выполнения элементов танца. Работа с шалью и шарфом.		Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
79.	03.03 – 09.03	8.2	«Постановка с шарфом».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Элементы и танцевальные комбинации с шарфом. Постановка танца с шарфом.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
80.	03.03 – 09.03	8.2	«Постановка с шарфом».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Элементы и танцевальные комбинации с шарфом. Постановка танца с шарфом.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

81.	03.03 – 09.03	8.2	«Постановка с шарфом».	Занятие - репетиция	2		Элементы и танцевальные комбинации с шарфом. Постановка танца с шарфом.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
82.	10.03- 16.03	8.2	«Постановка с шарфом».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Элементы и танцевальные комбинации с шарфом. Постановка танца с шарфом.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
83.	10.03- 16.03	8.2	«Постановка с шарфом».	занятие – тренировка,	2		Элементы и танцевальные комбинации с шарфом. Постановка танца с шарфом.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

84.	10.03- 16.03	8.2	«Постановка с шарфом».	занятие – тренировка,	2		Элементы и танцевальные комбинации с шарфом. Постановка танца с шарфом.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
85.	17.03 – 23.03	8.2	«Постановка с шарфом».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Элементы и танцевальные комбинации с шарфом. Постановка танца с шарфом.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 11 .Общезфизическая подготовка									
86.	17.03 – 23.03	11.2	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы. Упражнение «ножницы» в положении лежа на спине со сменой уровня ног.	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

87.	17.03 – 23.03	11.2	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».	занятие – тренировка,	2		Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики», «ящерица», «лодочка».	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	------	---	-----------------------	---	--	---	--	---

Раздел 8. Постановочная работа

88.	24.03 – 30.03	8.3	Танец «Сити».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Работа над хореографическим рисунком танца. Элементы и танцевальные комбинации, в танце «Сити». Разучивание и отработка всех частей танца «Сити».	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	-----	---------------	--	---	--	---	--	---

89.	24.03 – 30.03	8.3	Танец «Сити».	занятие – тренировка,	2		Индивидуальное исполнение танца «Сити» в игровой форме.	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	-----	---------------	-----------------------	---	--	---	--	---

Раздел 9. Музыкальные игры

90.	24.03 – 30.03	9.1	Музыкальные игры и фразы организующего характера.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Закрепление пройденного материала. Музыкальные фразы и игры: «Танцуем сидя», «Перекажи поле», смена уровней, ракурсов.	Способствовать формированию знаний об ориентировании в музыкально-пространственных упражнениях	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аус (разъем для подключения внешнего носителя)
91.	31.03 –06.04	9.1	Музыкальные игры и фразы организующего характера.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Импровизированные, самостоятельные движения с музыкой, ритмом. Передача характера исполняемых танцев. Акцентировка музыкальных образов.	Способствовать формированию умения ориентироваться в музыкально-пространственных упражнениях	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аус (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел. 10. Импровизация									
92.	31.03 –06.04		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аус (разъем для подключения внешнего носителя)

93.	31.03 – 06.04		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Вход в импровизацию, пространство зала, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой. Контактная импровизация, контакт в дуэте: физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением).	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
94.	07.04 – 13.04		Импровизация	Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание»). «Перетекание».	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
95.	07.04 – 13.04		Импровизация	Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

96.	07.04 – 13.04		Импровизация	Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Вход в импровизацию, пространство зала, смена уровней, ракурсов.	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
97.	14.04 – 20.04		Импровизация	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Импровизация с музыкой.	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
98.	14.04 – 20.04		Импровизация	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение импровизированных движений. Вход в импровизацию, пространство зала, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой.	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

99.	14.04 – 20.04		Импровизация	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Контактная импровизация, контакт в дуэте: физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением); эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание»). «Перетекание».	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	--------------	---	---	--	---	--	---

Раздел 11 .Общефизическая подготовка

100.	21.04- 27.04	11.1	Элементы гимнастики.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка переворотов вперед, назад. Колесо на одной руке. Силовые упражнения стрейч-характера.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современного искусства.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
101.	21.04- 27.04	11.1	Элементы гимнастики.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка переворотов вперед, назад. Колесо на одной руке. Силовые упражнения стрейч-характера.	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

102.	21.04- 27.04	11.1	Элементы гимнастики.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка переворотов вперед, назад. Колесо на одной руке. Силовые упражнения стрейч-характера	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современного искусства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
103.	28.04 – 04.05	11.1	Элементы гимнастики.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка.	2		Отработка переворотов вперед, назад. Колесо на одной руке. Силовые упражнения стрейч-характера.	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
104.	28.04 – 04.05	11.2	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги.	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
105.	28.04 – 04.05	11.2	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».	занятие – тренировка	2		Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики», «ящерица», «лодочка».	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

106.	05.05–11.05	11.2	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	занятие – тренировка	2		Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы.	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
107.	05.05–11.05	11.2	Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».	занятие – тренировка	2		Упражнение «ножницы» в положении лежа на спине со сменой уровня ног.	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 12. Итоговое занятие.									
1.	05.05–11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 2-го года обучения.	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
				Всего:	216	14.ч	202 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Современная хореография для детей 4-7 лет»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 4 – 7 лет

Автор:
Филатова Ирина Степановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем» 1 год обучения

2024 – 2025 учебный год

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1 Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Обучение современному танцу» 1-го года обучения Цели и задачи									
1.	02.09- 08.09		Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Обучение современному танцу» 1 года обучения: цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	
Раздел. 2 История танца									
2.	02.09- 08.09		История развития современного танца	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	История развития современного танца. Основные направления современного танца		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Методическое пособие Н.Н. Плотниковой
Раздел. 3 Техника современного танца									

3.	09.09 – 15.09		Правила исполнения базовых элементов техники классического джазового танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия, занятие – тренировка	2	Значение хореографии для танцора. Правильное исполнение классических элементов джазового танца. Чистота исполнения элементов		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
4.	09.09 – 15.09		Правила исполнения базовых элементов техники классического джазового танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов танца: Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Повороты и наклоны головы + Sundari. Руки+движения ареалами, Движения плечами - подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад; твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед другое назад и т.д.); "восьмерка", круги поочередно; шея к плечам Движение грудной клеткой: диафрагмой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание. Пелвис (бедр): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
5.	16.09-22.09		Правила исполнения базовых элементов техники классического джазового танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов танца: Изучение положений рук. Координация изолированных центров - Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении Упражнения для позвоночника: - Твист и спирали торса; - High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны) Кросс: - Шаги примитива; Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Партерные перекаты (транзишен)- Изучение техники исполнения движений партера; - Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика); поза «зародыша», прямые повороты на полу (бревно);	Способствовать формированию у учащихся навыков координации при выполнении техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

6.	16.09-22.09		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа об особенностях исполнения элементов модерн- джаз танца. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения		Способствовать формированию у учащихся знаний об особенностях исполнения элементов модерн- джаз танца.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения										
7.	23.09 – 29.09		Работа с элементами классического джазового танца.	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Отработка элементов классического джазового танца, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Повороты и наклоны головы + Sundagi; Руки+движения ареалами; Движения плечами; Пелвис (бедрa); Твист и спирали торса; High-relise (хай-релиз) + Body roll (волны); Шаги примитива; Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»); Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика); Поза «зародыша»; Прямые повороты на полу (бревно).	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию и музыкально-двигательную память.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
8.	23.09 – 29.09		Работа с элементами модерн- джаз танца.	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей. Характерная работа рук, шагов и перекатов	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
9.	30.09 – 06.10		Работа по кругу, работа с темпом и уровнем движения	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальных элементов стилей классического джазового танца и модерн-джаз танца, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа. изменение уровня движения, Изменение скорости движения	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
Раздел. 5 Основы классической хореографии										

10.	30.09 – 06.10		Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – тренировка	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, основные позиции рук и ног, координация движения		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
11.	07.10- 13.10		Элементы классического танца. Координация движений.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание основных позиций рук, ног, головы и их комбинаций, изучение параллельных позиций ног. Работа над выворотностью стопы. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Plie с различными движениями рук Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Упражнения на координацию движений рук и ног.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
12.	07.10- 13.10		Элементы классического танца. Координация движений	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Построение и разучивание экзерсиса у станка. Plie с различными движениями рук Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. Grand Battement Jete (45, 90, 180). Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

13.	14.10- 20.10		Элементы классического танца. Координация движений.	занятие – тренировка	2		Изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук. Повороты, техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	--------------	--	---	----------------------	---	--	---	--	---

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа

14.	14.10- 20.10		Танцевальные комбинации джазового танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Особенности исполнения танцевальных элементов. Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе		Способствовать формированию новых знаний.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
15.	21.10 – 27.10		Танцевальные комбинации джазового танца.	занятие – тренировка,	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Движение грудной клеткой» - подъем и опускание, Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.. «Движения плечами» - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно» «Упражнения для позвоночника» - твист и спирали торса, High-reliaise (хай-релиз) + Body roll (волны).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
16.	21.10 – 27.10		Танцевальные комбинации джазового танца.	Занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Движения плечами» - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно» «Упражнения для позвоночника» - твист и спирали торса, High-reliaise (хай-релиз) + Body roll (волны).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

17.	28.10 – 03.11		Танцевальные комбинации джазового танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Движение грудной клеткой» - подъем и опускание, Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций с использованием элементов из различных групп	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
18.	28.10 – 03.11		Танцевальные комбинации джазового танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		«Упражнения для позвоночника» - твист и спирали торса, High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
19.	04.11-10.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения мультипликации	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
20.	04.11-10.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
21.	11.11-17.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения мультипликации	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
22.	11.11-17.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движения.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

23.	18.11 – 24.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
24.	18.11 – 24.11		Танцевальные комбинации модернджаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2	Особенности исполнения танцевальных элементов и соединение в элементарные танцевальные комбинации..	Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из группы «Положение рук в танце модерн»- (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке; Пелвис (бедр): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх..	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений с правильным положением рук	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
25.	25.11 – 01.12		Танцевальные комбинации модернджаз танца	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2	Эмоциональная сторона техники исполнения движения в различных темпах с контролем дыхания	Поза коллапса; «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных прыжков	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
26.	25.11 – 01.12		Танцевальные комбинации модернджаз танца	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Пелвис (бедр): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх; Поза коллапса.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
27.	02.12-08.12		Танцевальные комбинации модернджаз танца.	Занятие-показ, групповое, интегрированное занятие – тренировка	2		Пелвис (бедр): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Поза коллапса; «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

28.	02.12-08.12		Танцевальные комбинации модерн-джаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх; Поза коллапса.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных поз, движений, пржков	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 7.Актёрское мастерство									
29.	09.12 –15.12		Понятие «Этюд».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка этюдов, упражнений актёрского мастерства в процессе занятий танцами.	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
30.	09.12 –15.12		Понятие «Пантомима».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка пантомим, упражнений актёрского мастерства. Передача различных настроений.	Способствовать формированию оценить способности и успехи другого партнера	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
31.	16.12 – 22.12		Манера исполнения модерн-джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Исполнение модерн-джаз танца с применением понятий этюда и пантомимы, упражнений актёрского мастерства в процессе занятий танцами. Передача различных настроений.	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
32.	16.12 – 22.12		Манера исполнения модерн-джаз танца.	Занятие закрепления новых знаний. занятие – тренировка,	2		Исполнение модерн-джаз танца с применением понятий этюда и пантомимы, упражнений актёрского мастерства в процессе занятий танцами. Передача различных настроений	Способствовать решению постановочных и художественных задач средствами этюда и пантомимы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 8. Постановочная работа

33.	23.12 – 29.12		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Особенности выполнения поворотов и элементов танца. Занятие-показ, групповое. Объяснение.		Способствовать формированию знаний о выполнении поворотов и элементов танца.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
34.	23.12 – 29.12		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
35.	30.12 – 05.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
36.	30.12 – 05.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
37.	06.01 – 12.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

38.	06.01 – 12.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
39.	13.01 – 19.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
40.	13.01 – 19.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка II-ой части танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
41.	20.01 – 26.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
Раздел 9. Музыкальные игры										
42.	20.01 – 26.01		Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Способы передачи музыкальных образов при исполнении танцев. Акцентировка музыкальных образов. Занятие-показ, групповое. Рассказ-беседа		Способствовать формированию знаний об ориентировании в музыкально-пространственных упражнениях	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	

43.	27.01 – 02.02		Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Музыкальные игры организующего характера «Фотоальбом», «Дискотека», «Танцуйте сидя», «Приглашение», «Перекасти поле». Импровизированные, самостоятельные движения. Импровизация с музыкой, ритмом. Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов. Контактная импровизация, контакт (этюды «продолжи движение в дуэте»).	Способствовать формированию умения ориентироваться в музыкально-пространственных упражнениях	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	--------------------------	--	---	--	--	--	---

Раздел. 3 Техника современного танца

44.	27.01 – 02.02		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов модерн-джаз танца: Характерная работа рук и ног. Положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке). Шаги в модерн-джаз манере Партерные перекасты, подготовительные упражнения к перекасту через одно плечо. Использование позы коллапса.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	---	---	---	--	--	--	---

45.	03.02-09.02		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов модерн-джаз танца: Партерные перекасты, подготовительные упражнения к перекасту через одно плечо. Использование позы коллапса. Мультипликация. Координация. Расширение и сжатие (release и contraction).	Способствовать формированию у учащихся навыков партерных перекастов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	-------------	--	---	---	---	--	--	---	---

46.	03.02-09.02		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Характерная работа рук и ног. Положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке). Шаги в модерн-джаз манере. Мультипликация	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	-------------	--	--	---	---	--	---	--	---

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения

47.	10.02-16.02		Работа с элементами модерн- джаз танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей. Характерная работа рук, шагов и перекатов	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию и музыкально-двигательную память.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	-------------	--	---	--	---	--	---	---	---

Раздел. 10. Импровизация

48.	10.02-16.02		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
49.	17.02 – 23.02		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
50.	17.02 – 23.02		Импровизация	Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
51.	24.02 – 02.03		Импровизация	Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 8. Постановочная работа

52.	24.02 – 02.03		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
53.	03.03 – 09.03		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
54.	03.03 – 09.03		Индивидуальная отработка элементов танца «Пчёлки»..	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Индивидуальное исполнение элементов из группы «Шаги», «Движения грудной клеткой», «Движения плечами», и всего танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 11 .Общефизическая подготовка

55.	10.03- 16.03		Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современного искусства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
56.	10.03- 16.03		Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

57.	17.03 – 23.03		Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины: «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современного искусства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
58.	17.03 – 23.03		Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка.	2		Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу. Махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
59.	24.03 – 30.03		Понятие «Растяжка»	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Техника выполнения шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврик в положении лежа. Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты). Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел. 5 Основы классической хореографии									
60.	24.03 – 30.03		Элементы классического танца. Координация движений.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание основных позиций рук, ног, головы и их комбинаций, изучение параллельных позиций ног. Работа над выворотностью стопы. Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения основных позиций рук, ног, головы и их комбинаций.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

61.	31.03 –06.04		Элементы классического танца. Координация движений	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Plie с различными движениями рук Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). - Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. - Grand Battement Jete (45, 90, 180). Работа над правильной хореографией рук. Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Понятие «Внутренний стержень».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
62.	31.03 –06.04		Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повороты, техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса. Работа над поста-новкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень». Упражнения на координацию движений рук и ног	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений по диагонали, выполнения поворотов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа									
63.	07.04 – 13.04		Танцевальные комбинации модерн-джаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх; поза коллапса.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

64.	07.04 – 13.04		Танцевальные комбинации модерн-джаз танца.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из группы «Положение рук в танце модерн»- (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке; Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх; поза коллапса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
65.	14.04 – 20.04		Танцевальные шаги и партерные перекаты.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка Шагов примитива, Шагов в модерн-джаз манере, демонстрация партерных перекатов (транзишен)- Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных шагов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
66.	14.04 – 20.04		Танцевальные шаги и партерные перекаты.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Прямые повороты на полу (бревно); подготовительные упражнения к перекату через одно плечо, особенности исполнения. Отработка техники исполнения (темп, ритм, повторяемость)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных поворотов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
67.	21.04- 27.04		Танцевальные шаги и партерные перекаты.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка Шагов примитива, Шагов в модерн-джаз манере, демонстрация партерных перекатов (транзишен)- Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика); - Поза «зародыша», прямые повороты на полу (бревно); - подготовительные упражнения к перекату через одно плечо, особенности исполнения. Отработка техники исполнения (темп, ритм, повторяемость)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел. 10. Импровизация

68.	21.04- 27.04		Импровизация (Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
69.	28.04 – 04.05		Импровизация (Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 11 .Общефизическая подготовка									
70.	28.04 – 04.05		Понятие «Растяжка»	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты). Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах в положении лежа	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
71.	05.05– 11.05		Элементы гимнастики.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Мостик. Стойка на руках. Колесо. Силовые упражнения: отжимания, качание пресса. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современного искусства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 12. Итоговое занятие.									
72.	05.05– 11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения.	Способствовать формированию способности оценить способности и успехи другого партнера	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
				Всего:	144		18.ч	126 ч.	

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В.Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Обучение современному танцу»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Головинский Артём Владимирович,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа разработанная на основе авторской общеобразовательной программы «Обучение современному танцу» направлена на обучение и развитие у учащихся техники современного танца. Программа включает в себя возможность ознакомить учащихся с двумя группами танца со своими подкатегориями:

- Клубные танцы (джаз-фанк, индастриал, хаус, стрип-данс, шафл, хакка, джампстайл, гоу-гоу, вог и другие);
- Уличные стили (хип-хоп, локинг, попинг, дабстеп, электро дэнс, драмнбасс, крамп и т.д.)

Программа разработана на основе общеобразовательных программ «Историко-бытовой и современный бальный танец» автор Бахто С.Е. – Санкт-Петербург. 2016г; «Современный танец» авторы: Ившин Р.Б, Аревкова Н.А. в издании «Хореографическое творчество» – Москва. 2017г; методическое пособие «Методика обучения современной бальной хореографии» Л. Мажаровой, Кауль Н. НМЦ – Волгоград. 2014г.

Современный танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой. Это отличный способ не только проявить себя на танцполе, но также получить возможность лучше узнать самого себя, погрузиться в глубины самосознания. Этот танец позволяет идти в ногу со временем, видоизменяясь под стать моде, веяниям поп-культуры, массовым запросам.

Хореография современного танца – особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

Любой стиль современного танца поможет, детям проявить свою личность через движения под модные современные биты. Стремление раскрыть способность детей, научить воспринимать искусство танца, развивать и повышать мастерство, прививать вкус и любовь к прекрасному, помочь стать образованными, умеющими тонко чувствовать и сопереживать.

Содержание авторской общеобразовательной программы «Обучение современному танцу» строится как синтез различных составляющих теоретического и практического материала, стремление к познанию танцевального творчества по расширению культурного кругозора, созданию условий для формирования танцевальных навыков на основе усвоения хореографического материала, усиления эмоциональной отзывчивости и творческой активности, пробуждения в детях интереса к музыкальному и танцевальному творчеству, развития образного мышления и воображения; обучение детей искусству современного танца.

Программа представляет собой опыт систематизации и коррекции накопленных знаний и навыков, это ознакомление с особенностями современной музыки, современного танца; обучение выполнению различных движений (от простых к сложным), связок движений; обучение учащихся выполнению движения по образцу и самостоятельно.

Программа направлена на развитие мотивации к расширению культурного кругозора, знакомству и освоению различных стилей современного танца. Она также призвана сформировать профориентацию на продолжение обучения в области хореографии.

Нормативно-правовой основой авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Обучение современному танцу» являются:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (МинПросвещения России) от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» от 04.07.2014г. №41;

- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода.

Новизна данной общеобразовательной программы состоит в том, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на обучение и воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков современных танцев.

Содержание авторской программы «Обучение современному танцу» заключается в комплексном изучении не только конкретно техники современного танца, а также изучения основ классической хореографии, актерского мастерства, элементов общей физической подготовки детей, что позволяет познакомить учащихся с танцевальными стилями и направлениями.

Актуальность авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Обучение современному танцу» обусловлена следующими факторами:

- нравственно-эстетическим воспитанием учащихся, развитием творческого потенциала, адаптацией в современном обществе, повышением занятости детей в свободное время;

- особенностью современной ситуации, когда танцевальному творчеству отводится значимая роль в воспитании подрастающего поколения, в формировании их мировоззрения.

В социальном аспекте учащиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения, приобретать жизненный опыт.

Программа «Обучение современному танцу» не только способствует обучению различных стилей и направлений в танцевальном искусстве, но и дает

возможность проявить свои творческие и художественные способности на практике.

Педагогическая целесообразность программы

Прививая с ранних лет любовь к искусству танца, к музыке, педагог работает над формированием гармонично развитой личности, учит ребенка запоминать, систематизировать полученные знания и навыки, в процессе овладения искусством современного танца, развивая художественную одаренность в области танцевально-исполнительского мастерства.

Педагогическая целесообразность программы в том, что выполнение задач каждого занятия, развитие физической подготовленности, соблюдение режима способствуют воспитанию волевых качеств учащихся. В процессе обучения формируются инициативность и самостоятельность, решительность и смелость, выдержка и самообладание. Волевые качества при рациональном педагогическом руководстве становятся постоянными чертами личности. Это позволяет детям проявлять их в трудовой, учебной, общественной и других видах деятельности; дает возможность в подростковом возрасте избежать негативных социальных явлений.

Реализация принципов обучения и воспитания создает условия для социального, культурного совершенствования и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности учащихся.

Прививая с ранних лет любовь к искусству танца, к музыке, педагог работает над формированием гармонично развитой личности, учит ребенка запоминать, систематизировать полученные знания и навыки, в процессе овладения искусством современного танца, развивая художественную одаренность в области танцевально-исполнительского мастерства.

Цель образовательной программы: развитие и формирование основ нравственно-эстетической культуры у учащихся, через обучение искусству современного танца.

Задачи авторской общеобразовательной общеразвивающей программы первого года обучения:

обучающие:

– выработать у учащихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;

– познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;

- учить ритмично двигаться, в соответствии с характером и темпом музыки;

- обучать правилам спортивных соревнований;

развивающие:

- развивать мышечное чувство, осанку, стопу;

- раскрыть и развить творческие способности учащихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

– развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности учащихся.

воспитательные:

– привить интерес к танцевальному творчеству;

– воспитывать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать музыку.

- воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания.
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что в процессе освоения искусством современного танца, происходит развитие общей физической формы, формирование правильной осанки и походки у детей, что способствует развитию пластики, грации, четкости,

Программа «Обучение современному танцу» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого учащегося.

Еще одной особенностью программы является *интеграция комплекса специальных дисциплин*: в начале изучения опираемся на ритмику и партерную гимнастику – предметы, которые изучаются в начале обучения, затем на современно-сценический танец, в дальнейшем ставим акцент на становление и развитие творческой индивидуальности учащихся.

Срок обучения: 3 года;

Количество учащихся: от 15 до 20 человек.

Формы и режим занятий

Формы и режим занятий – групповые. Занятия проводятся для учащихся первого года обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (с обязательным 10-минутным перерывом после каждого часа). Всего 144 часа в год. Для учащихся второго и третьего года обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа (с обязательным 10-минутным перерывом после каждого часа). Всего 216 часов в год. Группы учащихся детского объединения, сформированы таким образом, что в каждой из них занимаются дети одного возраста. Формы работы: групповые занятия. *Групповые* занятия предполагают проведение тренингов, сводных занятий, беседы, просмотры, показы, выступления и т.п.

Данная авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Обучение современному танцу» предусматривает работу с детьми-инвалидами, с детьми с ОВЗ, если данный вид деятельности не противопоказан состоянию здоровья таких детей. Данная программа также предполагает работу с талантливыми детьми.

Методика работы по программе «Обучение современному танцу» предполагает формы обучения в дистанционном образовательном пространстве. Содержание программы по темам занятия размещаются педагогом в информационно-образовательной среде Enternet пространства в виде: видеороликов, музыкальных файлов, презентаций.

Выполнять задание педагога, учащиеся могут, в режиме отложенного времени (offline-занятия), с предоставлением ему – результатов учебно-тренировочных заданий. Педагог может транслировать свою учебную деятельность (online-чат, через мессенджеры), проверяя задания и корректируя работу учащихся, предоставляя информацию (ауди, видео-материал по вопросам хореографии. При выполнении задания, учащиеся могут обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом в чате.

В процессе обучения предусматривается дифференцированный подход к обучению учащихся. Возрастной диапазон не влияет на содержание программы, а зависит от способностей и уровня подготовки детей. Содержание теоретической части одинаковое для групп всех возрастов, обычно занимает не более 30 минут от занятия и часто идет параллельно с выполнением практического задания, а практическая часть зависит от возрастных особенностей детей.

Формы занятий дополнены:

- прослушиванием аудиозаписей с музыкальными размерами, темпом и характером музыки.
- просмотром видео с выступлением учащихся коллектива и чемпионов современного танца;
- просмотром видео участников каждой группы с групповым номером, сольным номером и/или дуэта для проработки ошибок выступления и акцентирования правильно выполненных элементов, синхронности.

Данная программа предусматривает участие учащихся в различных видах деятельности:

- участие в городских мероприятиях;
- участие в спектаклях МБУДО БДДТ;
- участие в соревнованиях, конкурсах, фестивалях;
- участие в мастер-классах.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

В конце первого года обучения учащиеся должны:

знать:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и на концертной площадке;
- правила поведения на занятиях, требования, предъявляемые к танцорам;
- виды музыкального сопровождения;
- основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции;
- основные положения рук;
- приемы музыкально-двигательной подготовки;

уметь:

- выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- выражать образ с помощью движений;
- уметь точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;

- уметь различать динамические изменения в музыке; создавать музыкально-двигательный образ;
- научиться внимательно слушать музыку;
- уметь правильно владеть первоначальными основами актерского мастерства.

Формы подведения итогов.

Важнейшим элементом процесса обучения является контроль успеваемости учащегося, который должен быть систематическим, результаты аргументированными. Исходя из этого, используются разные виды контроля:

- **контроль педагога** – по форме может быть фронтальным, групповым, парным, индивидуальным;
- **взаимоконтроль учащихся** – применяется при проведении практических, творческих и итоговых занятий;
- **самоконтроль** – применяется регулярно на учебных занятиях и в творческой деятельности. От осознания учащимся своих способностей зависит и его самоконтроль (самооценка), на основании которого возможен прогноз достижения высоких результатов.

Педагог детского объединения определяет не только конечную цель, но и отслеживает промежуточные результаты, благодаря которым он своевременно выявляет и предупреждает возможные отклонения от прогнозируемого результата.

Система отслеживания результатов образовательной деятельности включает в себя:

- **вводный контроль** – это предварительное выявление уровня подготовленности к выбранному виду деятельности. Вводный контроль проводится в начале учебного года при наборе в детское объединение согласно разработанным диагностическим материалам (Приложение);
- **текущий контроль** осуществляется педагогом на каждом занятии, результаты оцениваются педагогом при помощи вербального метода;
- **предварительный контроль** проводится в начале учебного года, начиная со 2 года обучения, с целью проверки качества сохранности знаний, умений, навыков, полученных на предыдущем году обучения (Приложение).

В систему отслеживания результатов в обязательном порядке входит аттестация учащихся:

- **промежуточная аттестация** осуществляется в процессе усвоения учебного материала за полугодие, по завершении основных разделов учебно-тематического плана. Промежуточная аттестация проводится два раза в год: декабрь и май согласно диагностическим материалам (Приложение);

Промежуточная аттестация может проводиться в форме контрольного занятия, результатов участия в турнирах и оценивается по трем уровням: высокий, средний, низкий;

- **итоговая аттестация** осуществляется в конце последнего года обучения для проверки знаний, умений и навыков. В соответствии с результатами итогового контроля определяется, насколько достигнуты результаты программы каждым учащимся, полнота выполнения программы: высокий, средний, низкий

уровень. Формы итогового контроля могут варьироваться и включать в себя отчётный концерт, открытое занятие, результаты участия в конкурсах.

Качество знаний определяется сформированными у учащихся *знаниями, умениями и навыками*. Качество знаний (конструктивный, репродуктивный, творческий уровень) отражается в карте сформированности качеств знаний учащихся. (Приложение)

Календарно-тематический п

лан детского объединения «Школа танца «Эдем» 1 год обучения
2024 – 2025 учебный год

№ п/ п	Календар- ные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагае- мые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1 Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Обучение современному танцу» 1-го года обучения Цели и задачи									
1.	02.09- 08.09		Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Обучение современному танцу» 1 года обучения: цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	
Раздел. 2 История танца									
2.	02.09- 08.09		История развития современного танца	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	История развития современного танца. Основные направления современного танца		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Методическое пособие Н.Н. Плотниковой
Раздел. 3 Техника современного танца									

3.	09.09 – 15.09		Правила исполнения базовых элементов техники классического джазового танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия, занятие – тренировка	2	Значение хореографии для танцора. Правильное исполнение классических элементов джазового танца. Чистота исполнения элементов		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
4.	09.09 – 15.09		Правила исполнения базовых элементов техники классического джазового танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов танца: Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Повороты и наклоны головы + Sundari. Руки+движения ареалами, Движения плечами - подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад; твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед другое назад и т.д.); "восьмерка", круги поочередно; шея к плечам Движение грудной клеткой: диафрагмой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание. Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
5.	16.09-22.09		Правила исполнения базовых элементов техники классического джазового танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов танца: Изучение положений рук. Координация изолированных центров - Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении Упражнения для позвоночника: - Твист и спирали торса; - High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны) Кросс: - Шаги примитива; Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Партерные перекаты (транзишен)- Изучение техники исполнения движений партера; - Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика); поза «зародыша», прямые повороты на полу (бревно);	Способствовать формированию у учащихся навыков координации при выполнении техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

6.	16.09-22.09		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа об особенностях исполнения элементов модерн- джаз танца. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения		Способствовать формированию у учащихся знаний об особенностях исполнения элементов модерн- джаз танца.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
----	-------------	--	---	---	---	---	--	--	---

Раздел 4.Музыкально-ритмические упражнения

7.	23.09 – 29.09		Работа с элементами классического джазового танца.	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Отработка элементов классического джазового танца, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Повороты и наклоны головы + Sundari; Руки+движения ареалами; Движения плечами; Пелвис (бедра); Твист и спирали торса; High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны); Шаги примитива; Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»; Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика); Поза «зародыша»; Прямые повороты на полу (бревно).	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию и музыкально-двигательную память.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
8.	23.09 – 29.09		Работа с элементами модерн- джаз танца.	Занятие – тренировка	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей. Характерная работа рук, шагов и перекатов	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
9.	30.09 – 06.10		Работа по кругу, работа с темпом и уровнем движения	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальных элементов стилей классического джазового танца и модерн-джаз танца, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа. изменение уровня движения, Изменение скорости движения	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел. 5 Основы классической хореографии

10.	30.09 – 06.10		Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний; занятие – тренировка	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, основные позиции рук и ног, координация движения		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
11.	07.10- 13.10		Элементы классического танца. Координация движений.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание основных позиций рук, ног, головы и их комбинаций, изучение параллельных позиций ног. Работа над выворотностью стопы. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Plie с различными движениями рук Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Упражнения на координацию движений рук и ног.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
12.	07.10- 13.10		Элементы классического танца. Координация движений	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Построение и разучивание экзерсиса у станка. Plie с различными движениями рук Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. Grand Battement Jete (45, 90, 180). Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)

13.	14.10- 20.10		Элементы классического танца. Координация движений.	занятие – тренировка	2		Изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук. Повороты, техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	--------------	--	---	----------------------	---	--	---	--	---

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа

14.	14.10- 20.10		Танцевальные комбинации джазового танца.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Особенности исполнения танцевальных элементов. Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе		Способствовать формированию новых знаний.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	--------------	--	--	--	---	--	--	---	---

15.	21.10 – 27.10		Танцевальные комбинации джазового танца.	занятие – тренировка,	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Движение грудной клеткой» - подъем и опускание, Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.. «Движения плечами» - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно» «Упражнения для позвоночника» - твист и спирали торса, High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	--	-----------------------	---	--	---	---	---

16.	21.10 – 27.10		Танцевальные комбинации джазового танца.	Занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Движения плечами» - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно» «Упражнения для позвоночника» - твист и спирали торса, High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	--	---------------------------------	---	--	--	---	---

17.	28.10 – 03.11		Танцевальные комбинации джазового танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Движение грудной клеткой» - подъем и опускание, Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону	Способствовать формированию правил выполнения танцевальных комбинаций с использованием элементов из различных групп	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
18.	28.10 – 03.11		Танцевальные комбинации джазового танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		«Упражнения для позвоночника» - твист и спирали торса, High-release (хай-релиз) + Body roll (волны).	Способствовать формированию правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
19.	04.11-10.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию правил выполнения мультипликации	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
20.	04.11-10.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
21.	11.11-17.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию правил выполнения мультипликации	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
22.	11.11-17.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движения.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)

23.	18.11 – 24.11		Танцевальный минимум. Музыкальная раскладка движений.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Отработка мультипликации. Разучивание танцевальных комбинаций. Танец от разных частей тела.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
24.	18.11 – 24.11		Танцевальные комбинации модернджаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2	Особенности исполнения танцевальных элементов и соединение в элементарные танцевальные комбинации..	Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из группы «Положение рук в танце модерн»- (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке; Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх..	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений с правильным положением рук	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
25.	25.11 – 01.12		Танцевальные комбинации модернджаз танца	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2	Эмоциональная сторона техники исполнения движения в различных темпах с контролем дыхания	Поза коллапса; «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных прыжков	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
26.	25.11 – 01.12		Танцевальные комбинации модернджаз танца	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх; Поза коллапса.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
27.	02.12-08.12		Танцевальные комбинации модернджаз танца.	Занятие-показ, групповое, интегрированное занятие – тренировка	2		Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх. Поза коллапса; «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

28.	02.12-08.12		Танцевальные комбинации модерн-джаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов «Прыжки» - «глиссанд вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх; Поза коллапса.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных поз, движений, прыжков	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 7.Актёрское мастерство									
29.	09.12 –15.12		Понятие «Этюда».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка этюдов, упражнений актёрского мастерства в процессе занятий танцами.	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
30.	09.12 –15.12		Понятие «Пантомима».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка пантомим, упражнений актёрского мастерства. Передача различных настроений.	Способствовать формированию оценить способности и успехи другого партнера	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
31.	16.12 – 22.12		Манера исполнения модерн-джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Исполнение модерн-джаз танца с применением понятий этюда и пантомимы, упражнений актёрского мастерства в процессе занятий танцами. Передача различных настроений.	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
32.	16.12 – 22.12		Манера исполнения модерн-джаз танца.	Занятие закрепления новых знаний. занятие – тренировка,	2		Исполнение модерн-джаз танца с применением понятий этюда и пантомимы, упражнений актёрского мастерства в процессе занятий танцами. Передача различных настроений	Способствовать решению постановочных и художественных задач средствами этюда и пантомимы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 8. Постановочная работа

33.	23.12 – 29.12		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Особенности выполнения поворотов и элементов танца. Занятие-показ, групповое. Объяснение.		Способствовать формированию знаний о выполнении поворотов и элементов танца.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
34.	23.12 – 29.12		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
35.	30.12 – 05.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
36.	30.12 – 05.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
37.	06.01 – 12.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

38.	06.01 – 12.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
39.	13.01– 19.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
40.	13.01– 19.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка II-ой части танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
41.	20.01 – 26.01		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	
Раздел 9. Музыкальные игры										
42.	20.01 – 26.01		Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Способы передачи музыкальных образов при исполнении танцев. Акцентировка музыкальных образов. Занятие-показ, групповое. Рассказ-беседа		Способствовать формированию знаний об ориентировании в музыкально-пространственных упражнениях	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)	

43.	27.01 – 02.02		Музыкальные игры и фразы	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Музыкальные игры организующего характера «Фотоальбом», «Дискотека», «Танцуйте сидя», «Приглашение», «Перекасти поле». Импровизированные, самостоятельные движения. Импровизация с музыкой, ритмом. Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»).	Способствовать формированию умения ориентироваться в музыкально-пространственных упражнениях	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	--------------------------	--	---	--	---	--	---

Раздел. 3 Техника современного танца

44.	27.01 – 02.02		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов модерн-джаз танца: Характерная работа рук и ног. Положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке). Шаги в модерн-джаз манере Партерные перекасты, подготовительные упражнения к перекасту через одно плечо. Использование позы коллапса.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современного танца	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	---------------	--	---	---	---	--	--	--	---

45.	03.02-09.02		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание элементов модерн-джаз танца: Партерные перекасты, подготовительные упражнения к перекасту через одно плечо. Использование позы коллапса. Мультипликация. Координация. Расширение и сжатие (release и contraction).	Способствовать формированию у учащихся навыков партерных перекастов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	-------------	--	---	---	---	--	--	---	---

46.	03.02-09.02		Правила исполнения базовых элементов техники модерн- джаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Характерная работа рук и ног. Положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке). Шаги в модерн-джаз манере. Мультипликация	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, ауск (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	-------------	--	--	---	---	--	---	--	---

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения

47.	10.02-16.02		Работа с элементами модерн- джаз танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей. Характерная работа рук, шагов и перекатов	Способствовать формированию умения развивать музыкально-ритмическую координацию и музыкально-двигательную память.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
-----	-------------	--	---	--	---	--	---	---	--

Раздел. 10. Импровизация

48.	10.02-16.02		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
49.	17.02 – 23.02		Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
50.	17.02 – 23.02		Импровизация	Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
51.	24.02 – 02.03		Импровизация	Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 8. Постановочная работа

52.	24.02 – 02.03		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
53.	03.03 – 09.03		Работа над танцем «Пчёлки»	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Отработка I и II частей танца «Пчёлки».	Способствовать формированию навыков по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
54.	03.03 – 09.03		Индивидуальная отработка элементов танца «Пчёлки»..	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2		Индивидуальное исполнение элементов из группы «Шаги», «Движения грудной клеткой», «Движения плечами», и всего танца «Пчёлки».	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

Раздел 11 .Общефизическая подготовка

55.	10.03- 16.03		Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современного искусства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
56.	10.03- 16.03		Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

57.	17.03 – 23.03		Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины: «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современному искусству	Музыкальный центр, ноутбук, флэшкарта, аус (разъем для подключения внешнего носителя)
58.	17.03 – 23.03		Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка.	2		Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу. Махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшкарта, аус (разъем для подключения внешнего носителя)
59.	24.03 – 30.03		Понятие «Растяжка»	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Техника выполнения шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты). Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию привычки соблюдения правильной осанки, способности развития мышечного чувства.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшкарта, аус (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел. 5 Основы классической хореографии									
60.	24.03 – 30.03		Элементы классического танца. Координация движений.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание основных позиций рук, ног, головы и их комбинаций, изучение параллельных позиций ног. Работа над выворотностью стопы. Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения основных позиций рук, ног, головы и их комбинаций.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшкарта, аус (разъем для подключения внешнего носителя)

61.	31.03 –06.04		Элементы классического танца. Координация движений	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Plie с различными движениями рук Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). - Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. - Grand Battement Jete (45, 90, 180). Работа над правильной хореографией рук. Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Понятие «Внутренний стержень».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
62.	31.03 –06.04		Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Повороты, техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса. Работа над поста-новкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень». Упражнения на координацию движений рук и ног	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений по диагонали, выполнения поворотов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 6. Учебно-тренировочная работа									
63.	07.04 – 13.04		Танцевальные комбинации модернджаз танца.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов «Прыжки» - «глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх; поза коллапса.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)

64.	07.04 – 13.04		Танцевальные комбинации модерн-джаз танца.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из группы «Положение рук в танце модерн»- (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке; Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх; поза коллапса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
65.	14.04 – 20.04		Танцевальные шаги и партерные перекаты.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка Шагов примитива, Шагов в модерн-джаз манере, демонстрация партерных перекатов (транзишен)- Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных шагов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
66.	14.04 – 20.04		Танцевальные шаги и партерные перекаты.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Прямые повороты на полу (бревно); подготовительные упражнения к перекату через одно плечо, особенности исполнения. Отработка техники исполнения (темп, ритм, повторяемость)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных поворотов	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
67.	21.04- 27.04		Танцевальные шаги и партерные перекаты.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Отработка Шагов примитива, Шагов в модерн-джаз манере, демонстрация партерных перекатов (транзишен)- Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика); - Поза «зародыша», прямые повороты на полу (бревно); - подготовительные упражнения к перекату через одно плечо, особенности исполнения. Отработка техники исполнения (темп, ритм, повторяемость)	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений.	Музыкальный центр, ноутбук, флэшшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел. 10. Импровизация									

68.	21.04- 27.04		Импровизация (Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
69.	28.04 – 04.05		Импровизация (Занятие закрепление изученных новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 11 .Общefизическая подготовка									
70.	28.04 – 04.05		Понятие «Растяжка»	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты). Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах в положении лежа	Способствовать формированию способности развития мышечного чувства, привычку соблюдения правильной осанки постановку стопы	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
71.	05.05– 11.05		Элементы гимнастики.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Мостик. Стойка на руках. Колесо. Силовые упражнения: отжимания, качание пресса. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям современного искусства	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
Раздел 12. Итоговое занятие.									
72.	05.05– 11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения.	Способствовать формированию способности оценить способности и успехи другого партнера	Музыкальный центр, ноутбук, флэшка, аукс (разъем для подключения внешнего носителя)
				Всего:	144	18.ч	126 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В.Андреев
Л. «30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Современная хореография для детей 4-7 лет»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 4 – 7 лет

Автор:
Севрюкова Мария Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем»

(Рабочая Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография для детей 4-7 лет»

Первый год обучения)

2024 – 2025 учебный год

педагог дополнительного образования - -----

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел. 1 Введение 2 ч.									
1.	02.09-08.09		1.1. Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Правила внутреннего распорядка Дворца. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности.		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	Ноутбук, колонки
Раздел. 2 История возникновения современной хореографии 4ч.									
2.	02.09-08.09		2.1 Возникновение Contemporary dance.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	История и причины возникновения Contemporary dance. Его ключевая характеристика.		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч.									
3.	09.09-15.09		3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия. Рассказ	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятие «Изоляция»		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки

4.	09.09-15.09		3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятие «Изоляция»		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук, колонки
5.			3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных положениях и движениях корпуса.		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
6.	16.09-22.09		3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Работаем над развитием пластики боковых мышц живота. Оттяжки бедрами и грудью. Круги бедрами и грудью. Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх. Скрутка бедрами.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук, колонки
7.	23.09-29.09		3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Волна руками. Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад. Движение грудной клеткой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.									
8.	23.09-29.09		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
9.	30.09-06.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки

10.	30.09-06.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
11.	07.10-13.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
12.	07.10-13.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
13.	14.10-20.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч.									
14.	14.10-20.10		3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
15.	21.10-27.10		3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки

16.	21.10-27.10		3.4 Танцевальные шаги	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Изучение приставного шага в сторону в оба направления	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.									
17.	28.10-03.11		4.2.Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Тренируем умение расслабляться, имитационно –образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление. Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка». «Корзиночка», поза «спящего», потряхивание кистями	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
18.	28.10-03.11		4.2.Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Тренируем умение расслабляться, имитационно –образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление. Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка». «Корзиночка», поза «спящего», потряхивание кистями	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
19.	04.11-10.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о комбинациях из танцевальных шагов.		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
20.	04.11-10.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Разучивание движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
21.	11.11-17.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Разучивание движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Ритмика 18 ч									

22.	11.11-17.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о понятии «колонна, круг, шеренга».		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
23.	18.11-24.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»).	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
24.	18.11-24.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. Перестроения из одной шеренги в несколько. Учить строиться в круг.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
25.	25.11-01.12		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. Перестроения из одной шеренги в несколько. Учить строиться в круг	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
26.	25.11-01.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.									
27.	02.12-08.12		6.1 Основные позиции ног в хореографии.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения.	2		изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Работа над выворотностью стопы и координацией движений.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки

28.	02.12-08.12		6.2. Основные позиции рук в хореографии	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук и координацией движений.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники восточного танца	Ноутбук, колонки
29.	09.12-15.12		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об основных элементах, из которых можно формировать комбинации.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки

Раздел 5. Ритмика 18 ч

30.	09.12-15.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
31.	16.12-22.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
32.	16.12-22.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
33.	23.12-29.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки

Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.

34.	23.12-29.12		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
35.	30.12-05.01		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
36.	06.01-12.01		6.4. Координация движения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения на координацию движений рук и ног	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
37.	06.01-12.01		6.5. Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о правилах выполнения поворотов, об устойчивости		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
38.	13.01-19.01		6.5. Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Поворот «Шене» - техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.									
39.	13.01-19.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
40.	20.01-26.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки

41.	20.01 - .26.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
42.	27.01 - .02.02		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
43.	27.01 - .02.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Рассказ о выполнении движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
Раздел 8. Постановочная работа 20ч.									
44.	03.02 - .09.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
45.	03.02 - .09.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
46.	10.02 - .16.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
47.	10.02 - .16.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.

48.	17.02- .23.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу, умение держать круг, интервалы. Диагональ класса. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
49.	17.02- .23.02		7.3. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Правила работы руками одновременно с выполнением танцевальных шагов, Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
50.	24.02- 02.03		7.4. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
51.	24.02- 02.03		7.4. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
52.	03.03 – 09.03		7.4. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Постановочная работа 20ч.

53.	03.03 – 09.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
-----	---------------	--	-------------------------------------	---	---	--	---	---	------------------

54.	10.03 – 16.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
55.	10.03 – 16.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
56.	17.03 – 23.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
57.	17.03 – 23.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
58.	24.03 – 30.03		8.2. Индивидуальная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение танца «Солдатики» в игровой форме.	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

Раздел 9 . Музыкально-ритмические упражнения- 6 ч.

59.	24.03 – 30.03		9.1. Танцевальные точки зала	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
60.	31.03 – 06.04		9.2. Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

61.	31.03 – 06.04		9.2.Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
Раздел 11 .Общефизическая подготовка 16 ч.									
62.	07.04 – 13.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
63.	07.04 – 13.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
64.	14.04 – 20.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений.		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
65.	14.04 – 20.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки

Раздел. 10 Импровизация 4ч.

66.	21.04 – 27.04		11.Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук, колонки
67.	21.04 – 27.04		11.Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук, колонки

Раздел 11 .Общезначительная подготовка 16 ч.

68.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о значимости растяжки для танцора. Чередование упражнений лежа и сидя на полу. Техника выполнения шпагатов.		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
69.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
70.	05.05 - 11.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
71.	05.05 - 11.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки

Раздел 12 .Итоговое занятие. 2ч.

72.	12.05 - 18.05		12. Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения.	Способствовать формированию оценить способности и успехи другого партнера	Ноутбук, колонки
				Всего:	144	42 ч	102 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Современная хореография для детей 4-7 лет»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.

Направленность – художественная
Год обучения – 2 год
Возраст учащихся: 4 – 7 лет

Автор:
Попова Татьяна Олеговна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем»

(Рабочая Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография для детей 4-7 лет»

второй год обучения) 2024 – 2025 учебный год

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол- во часо в	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидакт ические матери алы, технич еское обеспеч ение
	Предположител ьные	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел. 1 Введение 2 ч.									
1.	02.09- 08.09		1.1. Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. групповое. Рассказ - Беседа	2	Правила внутреннего распорядка Дворца. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности Повторение по программе пройденного материала 1-го года обучения.		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	Ноутбук , колонки
Раздел. 2 История возникновения современной хореографии 2 ч.									
2.	02.09- 08.09		2.1 Возникновение Contemporary dance.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	История и причины возникновения Contemporary dance. Его ключевая характеристика.		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Ноутбук , колонки
Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч.									

3.	09.09 – 15.09	12.09	3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятия «Изоляция», «Опломб», «Равновесие»...		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук , колонки
4.	09.09 – 15.09	14.09	3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятия «Изоляция», «Опломб», «Равновесие».		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук , колонки
5.	16.09-22.09	19.09	3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений корпуса и движений корпуса	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Рассказ	2	Работаем над развитием боковых мышц живота, бедер, диафрагмы...		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения современной хореографии..	Ноутбук , колонки
6.	16.09-22.09	21.09	3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений корпуса и движений корпуса	Занятие-показ, групповое, интегрированное.	2		Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Скрутка бедрами. Оттяжки бедрами и грудью. Круги бедрами и грудью. Волна руками.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук , колонки
7.	23.09 – 29.09	26.09	3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений корпуса и движений корпуса	Занятие-показ, групповое, интегрированное.	2		Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад. Движение грудной клеткой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук , колонки

Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.

8.	23.09 – 29.09	28.09	4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
9.	30.09 – 06.10	03.10	4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
10.	30.09 – 06.10	05.10	4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие -сообщение (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Сидя и лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
11.	07.10- 13.10	10.10	4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие -сообщение (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Сидя и лежа на спине, круговые движения стопами.: «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
12.	07.10- 13.10	12.10	4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки	Занятие -сообщение (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Сидя и лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки

13.	14.10- 20.10	17.10	4.1.Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие -сообщение (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Сидя и лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч									
14.	14.10- 20.10	19.10	3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук , колонки
15.	21.10 – 27.10	24.10	3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук , колонки
16.	21.10 – 27.10	26.10	3.4 Танцевальные шаги	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Изучение приставного шага в сторону вправо-влево и вперед-назад. Изучение возвратного шага	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук , колонки
Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.									
17.	28.10 – 03.11	31.10	4.2.Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Тренируем умение расслабляться, имитационно - образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление. Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок»	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки

18.	28.10 – 03.11	02.11	4.2. Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка». «Корзиночка», поза «спящего», потряхивание кистями.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, гибкость	Ноутбук , колонки
19.	04.11-10.11	07.11	4.3. Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ о комбинациях из танцевальных шагов		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, гибкость	Ноутбук , колонки
20.	04.11-10.11	09.11	4.3. Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Разучивание движения «приставной шаг» по кругу	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, гибкость	Ноутбук , колонки
21.	11.11-17.11	14.11	4.3. Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте. Сочетание шагов с работой рук и головы – усложнение	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, гибкость	Ноутбук , колонки
Раздел 5. Ритмика 18 ч									
22.	11.11-17.11	16.11	5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ о понятии колонна, круг, шеренга, шахматный порядок.		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, гибкость	Ноутбук , колонки
23.	18.11 – 24.11	21.11	5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»), построение шахматный порядок. Перестроение из колонны в шахматный порядок и обратно.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, гибкость	Ноутбук , колонки

24.	18.11 – 24.11	23.11	5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
25.	25.11 – 01.12	28.11	5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Перестроения из одной шеренги в несколько. Учить строиться в круг, ходить по кругу.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
26.	25.11 – 01.12	30.11	5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки

Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.

27.	02.12-08.12	05.12	6.1 Основные позиции ног в хореографии.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Работа над выворотностью стопы и координацией движений.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
28.	02.12-08.12	07.12	6.2. Основные позиции рук в хореографии	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук и координацией движений.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники восточного танца	Ноутбук , колонки
29.	09.12 –15.12	09.12	6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ об основных элементах, из которых можно формировать комбинации.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук , колонки

Раздел 5. Ритмика 18 ч

30.	09.12 –15.12		5.2.Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
31.	16.12 – 22.12		5.2.Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки») Игра «Самолеты и бабочки».	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
32.	16.12 – 22.12		5.2.Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения “быстро - медленно”, “Три поросенка”, акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле. Работа с мячом	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
33.	23.12 – 29.12		5.2.Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, “Три поросенка”, акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук , колонки
Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.									
34.	23.12 – 29.12		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук , колонки
35.	30.12 – 05.01		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук , колонки

36.	30.12 – 05.01		6.4.Координация движения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения на координацию движений рук и ног	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук , колонки
37.	06.01 – 12.01		6.5.Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ о правилах выполнения поворотов, об устойчивости.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук , колонки
38.	06.01 – 12.01		6.5.Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Поворот «Шене» - техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа на месте и по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук , колонки
Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.									
39.	13.01– 19.01		7.1.Демонстрация движения, его музыкальная раскладка.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
40.	13.01– 19.01		7.1.Демонстрация движения, его музыкальная раскладка.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки

41.	20.01 – 26.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
42.	20.01 – 26.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танце-вальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
43.	27.01 – 02.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – дискуссия	2	Рассказ о выполнении движений по кругу и по диагонали танцевального класса.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
Раздел 8. Постановочная работа 20ч.									
44.	27.01 – 02.02		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец.		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
45.	03.02-09.02		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец.		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки

46.	03.02-09.02		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Куклы»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
47.	10.02-16.02		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Куклы»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.									
48.	10.02-16.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу, умение держать круг, интервалы. Диагональ класса. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
49.	17.02 – 23.02		7.3. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2	Правила работы руками одновременно с выполнением танцевальных шагов, Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
50.	17.02 – 23.02		7.4. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки

51.	24.02 – 02.03		7.4. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
52.	24.02 – 02.03		7.4. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук , колонки
Раздел 8. Постановочная работа 20ч.									
53.	03.03 – 09.03		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Куклы»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
54.	03.03 – 09.03		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Куклы»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
55.	10.03-16.03		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Куклы»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки

56.	10.03-16.03		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Куклы»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
57.	17.03 – 23.03		8.1. Работа над танцем «Куклы».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Куклы»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
58.	17.03 – 23.03		8.2. Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение танца «Куклы» в игровой форме	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
Раздел 9 . Музыкально-ритмические упражнения 6 ч.									
59.	24.03 – 30.03		9.1. Танцевальные точки зала	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки

60.	24.03 – 30.03		9.2.Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
61.	31.03 –06.04		9.2.Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук , колонки
Раздел 11 .Общefизическая подготовка 16 ч.									
62.	31.03 –06.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки
63.	07.04 – 13.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки

64.	07.04 – 13.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Беседа о правильном исполнении упражнений и о правильном дыхании во время упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы).		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки
65.	14.04 – 20.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки
Раздел. 10 Импровизация 4ч.									
66.	14.04 – 20.04		10. Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук , колонки
67.	21.04- 27.04		10. Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук , колонки
Раздел 11 .Общефизическая подготовка 16 ч.									

68.	21.04-27.04		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о значимости растяжки для танцора. Чередование упражнений лежа и сидя на полу. Техника выполнения шпагатов		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки
69.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврик в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки
70.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Выполнение шпагатов: на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки
71.	05.05– 11.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Работа на коврик в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов: на правую, левую ногу и поперечного	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук , колонки
Раздел 12 .Итоговое занятие. 2ч.									
72.	05.05– 11.05		12. Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 2 года обучения	Способствовать формированию оценить способности и успехи другого партнера	Ноутбук , колонки
				Всего:	144	42 ч	102 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275



Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Современная хореография для детей 4-7 лет»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 4 – 7 лет

Автор:
Попова Татьяна Олеговна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем»

(Рабочая Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография для детей 4-7 лет»

Первый год обучения)

2024 – 2025 учебный год

педагог дополнительного образования - -----

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел. 1 Введение 2 ч.									
1.	02.09-08.09		1.1. Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Правила внутреннего распорядка Дворца. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности.		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	Ноутбук, колонки
Раздел. 2 История возникновения современной хореографии 4ч.									
2.	02.09-08.09		2.1 Возникновение Contemporary dance.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	История и причины возникновения Contemporary dance. Его ключевая характеристика.		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч.									
3.	09.09-15.09		3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия. Рассказ	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятие «Изоляция»		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки

4.	09.09-15.09		3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятие «Изоляция»		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук, колонки
5.			3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных положениях и движениях корпуса.		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
6.	16.09-22.09		3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Работаем над развитием пластики боковых мышц живота. Оттяжки бедрами и грудью. Круги бедрами и грудью. Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх. Скрутка бедрами.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук, колонки
7.	23.09-29.09		3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Волна руками. Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад. Движение грудной клеткой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.									
8.	23.09-29.09		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
9.	30.09-06.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки

10.	30.09-06.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
11.	07.10-13.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
12.	07.10-13.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
13.	14.10-20.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки

Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч.

14.	14.10-20.10		3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
15.	21.10-27.10		3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки

16.	21.10-27.10		3.4 Танцевальные шаги	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Изучение приставного шага в сторону в оба направления	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.									
17.	28.10-03.11		4.2.Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Тренируем умение расслабляться, имитационно –образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление. Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка». «Корзиночка», поза «спящего», потряхивание кистями	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
18.	28.10-03.11		4.2.Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Тренируем умение расслабляться, имитационно –образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление. Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка». «Корзиночка», поза «спящего», потряхивание кистями	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
19.	04.11-10.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о комбинациях из танцевальных шагов.		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
20.	04.11-10.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Разучивание движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
21.	11.11-17.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Разучивание движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Ритмика 18 ч									

22.	11.11-17.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о понятии «колонна, круг, шеренга».		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
23.	18.11-24.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»).	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
24.	18.11-24.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. Перестроения из одной шеренги в несколько. Учить строиться в круг.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
25.	25.11-01.12		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. Перестроения из одной шеренги в несколько. Учить строиться в круг	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
26.	25.11-01.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.									
27.	02.12-08.12		6.1 Основные позиции ног в хореографии.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения.	2		изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Работа над выворотностью стопы и координацией движений.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки

28.	02.12-08.12		6.2. Основные позиции рук в хореографии	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук и координацией движений.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники восточного танца	Ноутбук, колонки
29.	09.12-15.12		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об основных элементах, из которых можно формировать комбинации.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки

Раздел 5. Ритмика 18 ч

30.	09.12-15.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
31.	16.12-22.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
32.	16.12-22.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
33.	23.12-29.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки

Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.

34.	23.12-29.12		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
35.	30.12-05.01		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		.Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
36.	06.01-12.01		6.4.Координация движения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения на координацию движений рук и ног	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
37.	06.01-12.01		6.5.Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о правилах выполнения поворотов, об устойчивости		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
38.	13.01-19.01		6.5.Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Поворот «Шене» - техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.									
39.	13.01-19.01		7.1.Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
40.	20.01-26.01		7.1.Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки

41.	20.01 - .26.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
42.	27.01 - .02.02		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
43.	27.01 - .02.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Рассказ о выполнении движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
Раздел 8. Постановочная работа 20ч.									
44.	03.02 - .09.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
45.	03.02 - .09.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
46.	10.02 - .16.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
47.	10.02 - .16.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.

48.	17.02- .23.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу, умение держать круг, интервалы. Диагональ класса. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
49.	17.02- .23.02		7.3. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Правила работы руками одновременно с выполнением танцевальных шагов, Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
50.	24.02- 02.03		7.4.Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
51.	24.02- 02.03		7.4.Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
52.	03.03 – 09.03		7.4.Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Постановочная работа 20ч.

53.	03.03 – 09.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
-----	---------------	--	-------------------------------------	---	---	--	---	---	------------------

54.	10.03 – 16.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
55.	10.03 – 16.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
56.	17.03 – 23.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
57.	17.03 – 23.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
58.	24.03 – 30.03		8.2. Индивидуальная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение танца «Солдатики» в игровой форме.	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

Раздел 9 . Музыкально-ритмические упражнения- 6 ч.

59.	24.03 – 30.03		9.1. Танцевальные точки зала	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
60.	31.03 – 06.04		9.2. Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

61.	31.03 – 06.04		9.2.Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
Раздел 11 .Общефизическая подготовка 16 ч.									
62.	07.04 – 13.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
63.	07.04 – 13.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
64.	14.04 – 20.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений.		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
65.	14.04 – 20.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки

Раздел. 10 Импровизация 4ч.

66.	21.04 – 27.04		11.Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук, колонки
67.	21.04 – 27.04		11.Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук, колонки

Раздел 11 .Общезначительная подготовка 16 ч.

68.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о значимости растяжки для танцора. Чередование упражнений лежа и сидя на полу. Техника выполнения шпагатов.		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
69.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
70.	05.05 - 11.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
71.	05.05 - 11.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки

Раздел 12 .Итоговое занятие. 2ч.

72.	12.05 - 18.05		12. Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения.	Способствовать формированию оценить способности и успехи другого партнера	Ноутбук, колонки
				Всего:	144	42 ч	102 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В.Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Обучение современному танцу»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 6 – 18 лет

Автор:
Филатова Ирина Степановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем»

(Рабочая Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография для детей 4-7 лет»

Первый год обучения)

2024 – 2025 учебный год

педагог дополнительного образования - -----

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел. 1 Введение 2 ч.									
1.	02.09-08.09		1.1. Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Правила внутреннего распорядка Дворца. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности.		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	Ноутбук, колонки
Раздел. 2 История возникновения современной хореографии 4ч.									
2.	02.09-08.09		2.1 Возникновение Contemporary dance.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	История и причины возникновения Contemporary dance. Его ключевая характеристика.		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч.									
3.	09.09-15.09		3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия. Рассказ	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятие «Изоляция»		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки

4.	09.09-15.09		3.1. Основные принципы техники современной хореографии	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основное положение ног и рук. Значение хореографии для танцора. Понятие «Изоляция»		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук, колонки
5.			3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных положениях и движениях корпуса.		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
6.	16.09-22.09		3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Работаем над развитием пластики боковых мышц живота. Оттяжки бедрами и грудью. Круги бедрами и грудью. Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх. Скрутка бедрами.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии.	Ноутбук, колонки
7.	23.09-29.09		3.2. Движения корпуса. Изучение основных положений и движений корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Волна руками. Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад. Движение грудной клеткой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки

Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.

8.	23.09-29.09		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
9.	30.09-06.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития и укрепления голеностопного сустава и стопы, выворотности, укрепления осанки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки

10.	30.09-06.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
11.	07.10-13.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
12.	07.10-13.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
13.	14.10-20.10		4.1. Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы, на развитие выворотности, на укрепление осанки.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола. «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел. 3 Техника современной хореографии 16ч.									
14.	14.10-20.10		3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
15.	21.10-27.10		3.3 Постановка корпуса. Позиции рук и ног.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Постановка корпуса с подготовительной позиции, по I, II, III современной позиции рук. Ноги по I, II, III, IV, V современной позиции	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки

16.	21.10-27.10		3.4 Танцевальные шаги	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Изучение приставного шага в сторону в оба направления	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии..	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Балетная гимнастика 22 ч.									
17.	28.10-03.11		4.2.Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Тренируем умение расслабляться, имитационно –образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление. Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка». «Корзиночка», поза «спящего», потряхивание кистями	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
18.	28.10-03.11		4.2.Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Тренируем умение расслабляться, имитационно –образные упражнения в расслаблении. Лежа на спине, полное расслабление. Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка». «Корзиночка», поза «спящего», потряхивание кистями	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
19.	04.11-10.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о комбинациях из танцевальных шагов.		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
20.	04.11-10.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Разучивание движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
21.	11.11-17.11		4.3.Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. Разучивание движения «приставной шаг» по кругу, «подскок» на месте	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Ритмика 18 ч									

22.	11.11-17.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о понятии «колонна, круг, шеренга».		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
23.	18.11-24.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»).	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
24.	18.11-24.11		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. Перестроения из одной шеренги в несколько. Учить строиться в круг.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
25.	25.11-01.12		5.1. Изучение построений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учить построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). Учить выполнять построение в круг и передвижение по кругу, в различных направлениях; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. Перестроения из одной шеренги в несколько. Учить строиться в круг	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
26.	25.11-01.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.									
27.	02.12-08.12		6.1 Основные позиции ног в хореографии.	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения.	2		изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Работа над выворотностью стопы и координацией движений.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки

28.	02.12-08.12		6.2. Основные позиции рук в хореографии	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук и координацией движений.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники восточного танца	Ноутбук, колонки
29.	09.12-15.12		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об основных элементах, из которых можно формировать комбинации.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки

Раздел 5. Ритмика 18 ч

30.	09.12-15.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ и показ хлопков в такт музыки		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
31.	16.12-22.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
32.	16.12-22.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки
33.	23.12-29.12		5.2. Упражнения на развитие чувство ритма	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке (образно-звуковые действия «горошинки»). Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка", акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения техники современной хореографии, развить гибкость	Ноутбук, колонки

Раздел. 6 Основы классической хореографии 16 ч.

34.	23.12-29.12		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
35.	30.12-05.01		6.3. Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
36.	06.01-12.01		6.4. Координация движения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения на координацию движений рук и ног	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
37.	06.01-12.01		6.5. Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ о правилах выполнения поворотов, об устойчивости		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
38.	13.01-19.01		6.5. Повороты	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Поворот «Шене» - техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений;	Ноутбук, колонки
Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.									
39.	13.01-19.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
40.	20.01-26.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки

41.	20.01 - .26.01		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
42.	27.01 - .02.02		7.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	.	Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
43.	27.01 - .02.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Рассказ о выполнении движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
Раздел 8. Постановочная работа 20ч.									
44.	03.02 - .09.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
45.	03.02 - .09.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
46.	10.02 - .16.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
47.	10.02 - .16.02		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

Раздел 7. Учебно-тренировочная работа. 20 ч.

48.	17.02- .23.02		7.2. Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу, умение держать круг, интервалы. Диагональ класса. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы.	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
49.	17.02- .23.02		7.3. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2	Правила работы руками одновременно с выполнением танцевальных шагов, Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
50.	24.02- 02.03		7.4.Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
51.	24.02- 02.03		7.4.Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки
52.	03.03 – 09.03		7.4.Танцевальные комбинации.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка, дискуссия	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Пелвис».	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Постановочная работа 20ч.

53.	03.03 – 09.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
-----	---------------	--	-------------------------------------	---	---	--	---	---	------------------

54.	10.03 – 16.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
55.	10.03 – 16.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
56.	17.03 – 23.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
57.	17.03 – 23.03		8.1. Работа над танцем «Солдатики».	Занятие-показ, групповое, интегрированное. Тренировочные упражнения	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Солдатики» .	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
58.	24.03 – 30.03		8.2. Индивидуальная работа	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение танца «Солдатики» в игровой форме.	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

Раздел 9 . Музыкально-ритмические упражнения- 6 ч.

59.	24.03 – 30.03		9.1. Танцевальные точки зала	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.		Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
60.	31.03 – 06.04		9.2. Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки

61.	31.03 – 06.04		9.2.Пластические этюды под чтение стихов и считалочек	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Учимся выражать содержание стихотворения или считалочки, при помощи движений. Упражнения «Музыкальные молоточки», «Мячики», «Вопрос – ответ», «Веселые четверки»	Способствовать формированию по решению постановочных и художественных задач средствами сценической и пластической выразительности	Ноутбук, колонки
Раздел 11 .Общефизическая подготовка 16 ч.									
62.	07.04 – 13.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
63.	07.04 – 13.04		11.1.Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
64.	14.04 – 20.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений.		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
65.	14.04 – 20.04		11.2.Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки

Раздел. 10 Импровизация 4ч.

66.	21.04 – 27.04		11.Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук, колонки
67.	21.04 – 27.04		11.Импровизация	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.	Способствовать формированию способности развития танцевальной памяти и воображения	Ноутбук, колонки

Раздел 11 .Общезначительная подготовка 16 ч.

68.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о значимости растяжки для танцора. Чередование упражнений лежа и сидя на полу. Техника выполнения шпагатов.		Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
69.	28.04 – 04.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
70.	05.05 - 11.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства;	Ноутбук, колонки
71.	05.05 - 11.05		11.3. Понятие «Растяжка».	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.	Способствовать формированию развития опорно-двигательной системы учащихся, соответствующей требованиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки

Раздел 12 .Итоговое занятие. 2ч.

72.	12.05 - 18.05		12. Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения.	Способствовать формированию оценить способности и успехи другого партнера	Ноутбук, колонки
				Всего:	144	42 ч	102 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:

Директор МБУДО БДДТ

С.В.Андреев

«30» августа 2024 г.

Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Классическая хореография» художественной направленности,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Емельянова Г.И.

Направленность – художественная

Год обучения – 3 год

Возраст учащихся: 7 – 18 лет

Автор:

Севрюкова Мария Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 3-го года обучения «Классическая хореография»)
2024 -2025 учебный год**

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение– 2 ч									
1.	02.09-08.09	1.1.	Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний Рассказ - Беседа	2	Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности. Повторение по программе пройденного материала 2-го года обучения		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 2. История танца - 2 ч									

2.	02.09-08.09	2.1	История зарождения классического танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Новое поколение хореографов. Возрождение забытых жанров. Классический танец как базовый стиль любого танцевального искусства		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3. Основы классической хореографии - 42 ч									
3.	02.09-08.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, координация движения		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
4.	09.09-15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
5.	09.09-15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка координации движений	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
6.	09.09-15.09	3.2	Основные позиции ног	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций ног. Правила переноса веса тела		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

7.	16.09-22.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка движений	Воспитание интереса к классическому танцу	Музыкальный центр, ноутбук
8.	16.09-22.09	3.4	Основные позиции рук	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
9.	16.09-22.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Понятие выворотности. Понятие «батман тандю». Виды позиций ног. Понятие «ронд»		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
10.	23.09-29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний	2	Понятие выворотности. Понятие «батман тандю». Виды позиций ног. Понятие «ронд»		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
11.	23.09-29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие – тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 8 ч									
12.	23.09-29.09	4.1	Танцевальные точки зала	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Правила работы по точкам. Основные танцевальные точки зала. Отсчет от 1 й точки, место ее нахождения		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

13.	30.09-06.10	4.2	Направления выполнения движений	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – тренировка	2		Выполнение элементов руками и ногами по направлениям «от себя» и «к себе»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
14.	30.09-06.10	4.3	Работа по кругу, работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения. Изменение темпа музыки. Ускорение выполнения элементов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3 Основы классической хореографии – 42 ч									
15.	30.09-06.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		Позиции ног I, II, III, IV, V. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра. Отработка «Релеве» по всем позициям ног.	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
16.	07.10-13.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		.Выворотность бедра. Отработка «Релеве» по всем позициям ног. Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу. Отработка «рондов» в направлении «к себе» и «от себя»	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
17.	07.10-13.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Виды вращений, их названия. Техника исполнения, правило «зрительной точки» при повороте. Понятие «внутренний стержень» и «устойчивость»		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

18.	07.10-13.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений (приуэты и тур пике) вокруг себя и по залу. Выполнение вращений по диагонали танцевального зала	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
19.	14.10-20.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений по диагонали танцевального зала. Отработка правила «зрительной точки» при поворотах. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
20.	14.10-20.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие сообщения новых знаний.	2	Виды приседаний, их уровни и названия		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
21.	14.10-20.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение глубоких и неглубоких приседаний под счет. Увеличение счета для выполнения приседаний	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
22.	21.10-27.10	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие сообщения новых знаний	2	Виды перегибов корпуса, их название		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
23.	21.10-27.10	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие – тренировка	2		Выполнение перегибов корпуса вперед, назад и в стороны. Понятие «ровной спины». Выполнение перегибов из положения «релеве»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
24.	21.10-27.10	3.8	Прыжки	Занятие – тренировка	2	Виды прыжков, их название		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 5. Учебно-тренировочная работа - 62 ч

25.	28.10-03.11	5.1	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка	Занятие – тренировка	2	Исполнение движений в медленном и обычном темпе. Демонстрация движения, его раскладка по темпу музыки		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
26.	28.10-03.11	5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие – тренировка	2	Методика выполнения движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 8 ч									
27.	28.10-03.11	4.4	Работа по диагонали	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по диагонали. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения. Усложнение элементов Ускорение выполнения элементов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа - 62 ч									
28.	04.11-10.11	5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие — тренировка	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу и по диагонали, умение держать круг и диагональ. Четкость линии, интервалы	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
29.	04.11-10.11	5.3	Работа руками	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с выполнением батманов и танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

30.	04.11-10.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями	Занятие – тренировка	2	Виды основных элементов для формирования хореографических комбинаций		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
31.	11.11-17.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: III – port de bras	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
32.	11.11-17.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: III – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень». Понятие «ровная спина».	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
33.	11.11-17.11	5.5	Вращения в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости. Правило «зрительной точки»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
34.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке	Комбинированное занятие – тренировка	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости. Правило «зрительной точки»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

35.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка поворотов Тур пике и пируэтов. Техника исполнения, соблюдение правила о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
36.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Понятие «ровная спина». Выполнение поворота в чередовании с другими элементами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
37.	25.11-01.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Соблюдение понятия «ровная спина». Упражнения, способствующие развитию гибкости		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
38.	25.11-01.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Соблюдение понятия «ровная спина». Упражнения, способствующие развитию гибкости		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
39.	25.11-01.12	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Работа по диагонали танцевального класса. Понятие «ровная спина». Выполнение поворота в чередовании с другими элементами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

40.	02.12--08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Соблюдение понятия «ровная спина». Упражнения, способствующие развитию гибкости		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
41.	02.12--08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
42.	02.12--08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала. Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
43.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
44.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

45.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	–	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3 Основы классической хореографии – 42 ч										
46.	16.12-22.12	3.8	Прыжки	Занятие – тренировка		2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка. Выполнение прыжков на середине зала. Усложнение элементов	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
47.	16.12-22.12	3.8	Прыжки	Занятие – тренировка		2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка. Выполнение прыжков на середине зала. Усложнение элементов	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 6. Постановочная работа – 40 ч										
48.	16.12-22.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	–	2	Техника выполнения шагов, поворотов и элементов танца «Ласточки». Соблюдение линий и перестроений в танце.		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук

49.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2	Скорость выполнения элементов и темп музыки. Понятие «Хореографический рисунок».		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
50.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
51.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
52.	30.12-05.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
53.	30.12-05.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
54.	30.12-05.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
55.	06.01-12.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
56.	06.01-12.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

57.	06.01-12.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
58.	13.01-19.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки».	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
59.	13.01-19.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки».	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
60.	13.01-19.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
61.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
62.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

63.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
64.	27.01-02.02	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
65.	27.01-02.02	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
66.	27.01-02.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Вращения», «Дегаже», «Ронд», «Батманы». Исполнение под музыку. Держим ровный корпус	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
67.	03.02--09.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Вращения», «Дегаже», «Ронд», «Батманы». Исполнение под музыку. Держим ровный корпус	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Балетная гимнастика – 24 ч									

68.	03.02--09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированно	2	Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу. Упражнения с сокращенной и затянутой стопой		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
69.	03.02--09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированно	2	Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу. Упражнения с сокращенной и затянутой стопой		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
70.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие–тренировка	2		Упражнения для развития гибкости стопы. Вращения стопой в положении стоя, сидя, лежа. Сокращения и затягивание стопы. Круговые движения ног с сокращенной и затянутой стопой	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
71.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие–тренировка	2		Круговые движения ногой с сокращенной и затянутой стопой. Ходьба на носочках Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы. Переход с носка на пятку и наоборот	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
72.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие–тренировка	2		Вращения стопой в положении стоя, сидя, лежа. Сокращения и затягивание стопы. Круговые движения ногой с сокращенной и затянутой стопой. Ходьба на носочках Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 62 ч									

73.	17.02-23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
74.	17.02- 23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
75.	17.02-23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела		Воспитание ответственност и	Музыкальный центр, ноутбук
76.	24.02- 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений у станка. Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
77.	24.02- 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, «Пор де бра» в разные стороны «Де гаже»..	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
78.	24.02- 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Наработка координации движения. Соблюдение понятия «ровная спина» и правила переноса веса тела	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

79.	03.03-09.03	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня».	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 7. Импровизация -14 ч									
80.	03.03-09.03	7.1	Понятие «Импровизация»	Занятие применения знаний, умений, навыков.	2	Понятие «Импровизация». Соотношение музыки и ее темпа и движений. Манера исполнения импровизации		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
81.	03.03-09.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
82.	10.03-16.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
83.	10.03-16.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 62 ч									
84.	10.03-16.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие – тренировка	2		Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

85.	17.03-23.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
86.	17.03-23.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
87.	17.03-23.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Правило переноса веса тела	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 7. Импровизация – 14 ч									
88.	24.03-30.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов. Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Импровизация с музыкой	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

89.	24.03-30.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов. Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Импровизация с музыкой	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
90.	24.03-30.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие - репетиция	2		Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов. Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Импровизация с музыкой	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8 .Общефизическая подготовка – 20 ч									
91.	31.03- 06.04	8.1	Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие – тренировка	2		Постановка корпуса Наклоны корпуса вперед, назад и в стороны. Повороты головы, наклоны головы. Основные положения ног. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной, над головой	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
92.	31.03- 06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Правильное исполнение упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы). Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

93.	31.03- 06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу	Занятие– тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой)	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
94.	07.04-13.04	8.3	Понятие «Эластичность»	Занятие– тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку и на силу мышц. Упражнения для спины, ног, рук, шеи. Наклоны корпуса в различные стороны в положении стоя и сидя на полу	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Балетная гимнастика – 24 ч									
95.	07.04-13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2	Техника последовательного напряжения и расслабления мышц тела		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
96.	07.04-13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2		Упражнения «кошка», «крылья бабочки», «поза ребенка». Дыхательные упражнения. Напряжение всех мышц тела и полное расслабление в положении сидя, стоя, лежа на животе, лежа на спине. Скручивания. Замедление и ускорение исполнения одного элемента	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
97.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2	Правильное исполнение упражнений на развитие амплитуды шага		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

98.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Выполнение гранд батманов и батман тандю жете вперед, в сторону, назад. Упражнение «Солнышко», «велосипед», «ножницы»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
99.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Упражнения на растяжение подколенных связок, икроножных мышц, укрепление всех групп мышц ног, ягодичных мышц	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
100.	21.04-27.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2	Техника исполнения упражнений на гибкость и на силу корпуса		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
101.	21.04-27.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса Наклоны корпуса вперед, назад в стороны, круговые движения. Упражнения «кораблик», «лодочка», «дракон», «корзиночка», «рыбка», «бабочка и тюльпан». Мостик из положения стоя с поднятием одной ноги. Ходьба на руках с поддержкой ног партнером.. Колесо. «Паучок», «лягушка», «кошечка»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8. Общефизическая подготовка – 20 ч									
102.	21.04-27.04	8.3	Понятие «Эластичность»	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения для спины, ног, рук, шеи. Наклоны корпуса в различные стороны в положении стоя и сидя на полу. Силовые упражнения: отжимания, планочка, качание пресса	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

103.	28.04-04.05	8.3	Понятие «Эластичность»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2		Силовые упражнения: отжимания, планочка, качание пресса. Работа на полу в парах в положении сидя. Мостик из положения стоя на полу, с поднятием одной ноги. Поднятие вверх из положения «мостик»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
104.	28.04-04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2		Выполнение шпагатов. Упражнения стрейч-характера. Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики», «ящерица», «лодочка»	Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
105.	28.04-04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
106.	05.05-11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы. Выполнение упражнений в темпе музыки	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
107.	05.05-11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера. Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики», «ящерица», «лодочка». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 10. Итоговое занятие – 2 ч

108.	05.05-11.05		Творческий концерт	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Творческий концерт. Подведение итогов усвоения всей программы	Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
				Всего:	216 ч	64 ч	152 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В.Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Классическая хореография» художественной направленности,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Емельянова Г.И.

Направленность – художественная

Год обучения – 3 год

Возраст учащихся: 7 – 18 лет

Автор:
Головинский Артём Владимирович,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 3-го года обучения «Классическая хореография»)
2024 -2025 учебный год**

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение– 2 ч									
1.	02.09-08.09	1.1.	Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний Рассказ - Беседа	2	Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности. Повторение по программе пройденного материала 2-го года обучения		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 2. История танца - 2 ч									

2.	02.09-08.09	2.1	История зарождения классического танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Новое поколение хореографов. Возрождение забытых жанров. Классический танец как базовый стиль любого танцевального искусства		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3. Основы классической хореографии - 42 ч									
3.	02.09-08.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, координация движения		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
4.	09.09-15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
5.	09.09-15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка координации движений	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
6.	09.09-15.09	3.2	Основные позиции ног	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций ног. Правила переноса веса тела		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

7.	16.09-22.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка движений	Воспитание интереса к классическому танцу	Музыкальный центр, ноутбук
8.	16.09-22.09	3.4	Основные позиции рук	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
9.	16.09-22.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Понятие выворотности. Понятие «батман тандю». Виды позиций ног. Понятие «ронд»		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
10.	23.09-29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний	2	Понятие выворотности. Понятие «батман тандю». Виды позиций ног. Понятие «ронд»		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
11.	23.09-29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие – тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 8 ч									
12.	23.09-29.09	4.1	Танцевальные точки зала	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Правила работы по точкам. Основные танцевальные точки зала. Отсчет от 1 й точки, место ее нахождения		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

13.	30.09-06.10	4.2	Направления выполнения движений	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – тренировка	2		Выполнение элементов руками и ногами по направлениям «от себя» и «к себе»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
14.	30.09-06.10	4.3	Работа по кругу, работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения. Изменение темпа музыки. Ускорение выполнения элементов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3 Основы классической хореографии – 42 ч									
15.	30.09-06.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		Позиции ног I, II, III, IV, V. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра. Отработка «Релеве» по всем позициям ног.	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
16.	07.10-13.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		.Выворотность бедра. Отработка «Релеве» по всем позициям ног. Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу. Отработка «рондов» в направлении «к себе» и «от себя»	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
17.	07.10-13.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Виды вращений, их названия. Техника исполнения, правило «зрительной точки» при повороте. Понятие «внутренний стержень» и «устойчивость»		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

18.	07.10-13.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений (приуэты и тур пике) вокруг себя и по залу. Выполнение вращений по диагонали танцевального зала	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
19.	14.10-20.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений по диагонали танцевального зала. Отработка правила «зрительной точки» при поворотах. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
20.	14.10-20.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие сообщения новых знаний.	2	Виды приседаний, их уровни и названия		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
21.	14.10-20.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение глубоких и неглубоких приседаний под счет. Увеличение счета для выполнения приседаний	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
22.	21.10-27.10	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие сообщения новых знаний	2	Виды перегибов корпуса, их название		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
23.	21.10-27.10	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие – тренировка	2		Выполнение перегибов корпуса вперед, назад и в стороны. Понятие «ровной спины». Выполнение перегибов из положения «релеве»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
24.	21.10-27.10	3.8	Прыжки	Занятие – тренировка	2	Виды прыжков, их название		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 5. Учебно-тренировочная работа - 62 ч

25.	28.10-03.11	5.1	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка	Занятие – тренировка	2	Исполнение движений в медленном и обычном темпе. Демонстрация движения, его раскладка по темпу музыки		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
26.	28.10-03.11	5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие – тренировка	2	Методика выполнения движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 8 ч									
27.	28.10-03.11	4.4	Работа по диагонали	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по диагонали. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения. Усложнение элементов Ускорение выполнения элементов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа - 62 ч									
28.	04.11-10.11	5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие — тренировка	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу и по диагонали, умение держать круг и диагональ. Четкость линии, интервалы	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
29.	04.11-10.11	5.3	Работа руками	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с выполнением батманов и танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

30.	04.11-10.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями	Занятие – тренировка	2	Виды основных элементов для формирования хореографических комбинаций		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
31.	11.11-17.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: III – port de bras	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
32.	11.11-17.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: III – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень». Понятие «ровная спина».	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
33.	11.11-17.11	5.5	Вращения в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости. Правило «зрительной точки»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
34.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке	Комбинированное занятие – тренировка	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости. Правило «зрительной точки»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

35.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка поворотов Тур пике и пируэтов. Техника исполнения, соблюдение правила о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
36.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Понятие «ровная спина». Выполнение поворота в чередовании с другими элементами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
37.	25.11-01.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Соблюдение понятия «ровная спина». Упражнения, способствующие развитию гибкости		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
38.	25.11-01.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Соблюдение понятия «ровная спина». Упражнения, способствующие развитию гибкости		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
39.	25.11-01.12	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Работа по диагонали танцевального класса. Понятие «ровная спина». Выполнение поворота в чередовании с другими элементами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

40.	02.12--08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Соблюдение понятия «ровная спина». Упражнения, способствующие развитию гибкости		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
41.	02.12--08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
42.	02.12--08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала. Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
43.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
44.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

45.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	–	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3 Основы классической хореографии – 42 ч										
46.	16.12-22.12	3.8	Прыжки	Занятие – тренировка		2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка. Выполнение прыжков на середине зала. Усложнение элементов	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
47.	16.12-22.12	3.8	Прыжки	Занятие – тренировка		2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка. Выполнение прыжков на середине зала. Усложнение элементов	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 6. Постановочная работа – 40 ч										
48.	16.12-22.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	–	2	Техника выполнения шагов, поворотов и элементов танца «Ласточки». Соблюдение линий и перестроений в танце.		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук

49.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2	Скорость выполнения элементов и темп музыки. Понятие «Хореографический рисунок».		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
50.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
51.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
52.	30.12-05.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
53.	30.12-05.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание танцевальной техники и отработка I части танца «Ласточки». Работа без музыки и под музыку	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
54.	30.12-05.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
55.	06.01-12.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
56.	06.01-12.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

57.	06.01-12.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку.	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
58.	13.01-19.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки».	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
59.	13.01-19.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки».	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
60.	13.01-19.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
61.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
62.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки». Работа над хореографическим рисунком танца	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

63.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
64.	27.01-02.02	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
65.	27.01-02.02	6.1	Работа над танцем «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I и II части танца «Ласточки» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
66.	27.01-02.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Вращения», «Дегаже», «Ронд», «Батманы». Исполнение под музыку. Держим ровный корпус	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
67.	03.02--09.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Ласточки»	Занятие – тренировка	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Вращения», «Дегаже», «Ронд», «Батманы». Исполнение под музыку. Держим ровный корпус	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Балетная гимнастика – 24 ч									

68.	03.02--09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированно	2	Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу. Упражнения с сокращенной и затянутой стопой		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
69.	03.02--09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированно	2	Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу. Упражнения с сокращенной и затянутой стопой		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
70.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие–тренировка	2		Упражнения для развития гибкости стопы. Вращения стопой в положении стоя, сидя, лежа. Сокращения и затягивание стопы. Круговые движения ног с сокращенной и затянутой стопой	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
71.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие–тренировка	2		Круговые движения ногой с сокращенной и затянутой стопой. Ходьба на носочках Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы. Переход с носка на пятку и наоборот	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
72.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие–тренировка	2		Вращения стопой в положении стоя, сидя, лежа. Сокращения и затягивание стопы. Круговые движения ногой с сокращенной и затянутой стопой. Ходьба на носочках Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 62 ч									

73.	17.02-23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
74.	17.02- 23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
75.	17.02-23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела		Воспитание ответственност и	Музыкальный центр, ноутбук
76.	24.02- 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений у станка. Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
77.	24.02- 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, «Пор де бра» в разные стороны «Де гаже»..	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
78.	24.02- 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Наработка координации движения. Соблюдение понятия «ровная спина» и правила переноса веса тела	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

79.	03.03-09.03	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, «Пор де бра», «Де гаже», прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня».	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 7. Импровизация -14 ч									
80.	03.03-09.03	7.1	Понятие «Импровизация»	Занятие применения знаний, умений, навыков.	2	Понятие «Импровизация». Соотношение музыки и ее темпа и движений. Манера исполнения импровизации		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
81.	03.03-09.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
82.	10.03-16.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
83.	10.03-16.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 62 ч									
84.	10.03-16.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие – тренировка	2		Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

85.	17.03-23.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
86.	17.03-23.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
87.	17.03-23.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Правило переноса веса тела	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 7. Импровизация – 14 ч									
88.	24.03-30.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов. Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Импровизация с музыкой	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

89.	24.03-30.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов. Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Импровизация с музыкой	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
90.	24.03-30.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие - репетиция	2		Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов. Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Импровизация с музыкой	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8 .Общефизическая подготовка – 20 ч									
91.	31.03- 06.04	8.1	Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие – тренировка	2		Постановка корпуса Наклоны корпуса вперед, назад и в стороны. Повороты головы, наклоны головы. Основные положения ног. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной, над головой	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
92.	31.03- 06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Правильное исполнение упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы). Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

93.	31.03- 06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу	Занятие– тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой)	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
94.	07.04-13.04	8.3	Понятие «Эластичность»	Занятие– тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку и на силу мышц. Упражнения для спины, ног, рук, шеи. Наклоны корпуса в различные стороны в положении стоя и сидя на полу	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Балетная гимнастика – 24 ч									
95.	07.04-13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2	Техника последовательного напряжения и расслабления мышц тела		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
96.	07.04-13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2		Упражнения «кошка», «крылья бабочки», «поза ребенка». Дыхательные упражнения. Напряжение всех мышц тела и полное расслабление в положении сидя, стоя, лежа на животе, лежа на спине. Скручивания. Замедление и ускорение исполнения одного элемента	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
97.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2	Правильное исполнение упражнений на развитие амплитуды шага		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

98.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Выполнение гранд батманов и батман тандю жете вперед, в сторону, назад. Упражнение «Солнышко», «велосипед», «ножницы»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
99.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Упражнения на растяжение подколенных связок, икроножных мышц, укрепление всех групп мышц ног, ягодичных мышц	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
100.	21.04-27.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2	Техника исполнения упражнений на гибкость и на силу корпуса		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
101.	21.04-27.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса Наклоны корпуса вперед, назад в стороны, круговые движения. Упражнения «кораблик», «лодочка», «дракон», «корзиночка», «рыбка», «бабочка и тюльпан». Мостик из положения стоя с поднятием одной ноги. Ходьба на руках с поддержкой ног партнером.. Колесо. «Паучок», «лягушка», «кошечка»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8. Общефизическая подготовка – 20 ч									
102.	21.04-27.04	8.3	Понятие «Эластичность»	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения для спины, ног, рук, шеи. Наклоны корпуса в различные стороны в положении стоя и сидя на полу. Силовые упражнения: отжимания, планочка, качание пресса	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

103.	28.04-04.05	8.3	Понятие «Эластичность»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2		Силовые упражнения: отжимания, планочка, качание пресса. Работа на полу в парах в положении сидя. Мостик из положения стоя на полу, с поднятием одной ноги. Поднятие вверх из положения «мостик»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
104.	28.04-04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2		Выполнение шпагатов. Упражнения стрейч-характера. Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики», «ящерица», «лодочка»	Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
105.	28.04-04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
106.	05.05-11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы. Выполнение упражнений в темпе музыки	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
107.	05.05-11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера. Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики», «ящерица», «лодочка». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 10. Итоговое занятие – 2 ч

108.	05.05-11.05		Творческий концерт	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Творческий концерт. Подведение итогов усвоения всей программы	Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
				Всего:	216 ч	64 ч	152 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:

Директор МБУДО БДТ
С.В.Андреев

«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Классическая хореография» художественной направленности,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Емельянова Г.И.

Направленность – художественная

Год обучения – 2 год

Возраст учащихся: 7 – 18 лет

Автор:

Филатова Ирина Степановна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 2-го года обучения «Классическая хореография»)
2024 -2025 учебный год**

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предпожи-тельные	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение– 2 ч									
1.	02.09- 08.09	1.1.	Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний Рассказ - Беседа	2	Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности. Повторение пройденного материала		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 2. История танца - 2 ч									
2.	02.09- 08.09	2.1	История зарождения классического танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Первая танцевальная школа в России. Вклад Людвига ван Бетховена в развитие балетной музыки. Новое поколение хореографов		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3. Основы классической хореографии - 44 ч									

3.	02.09- 08.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, координация движения		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
4.	09.09 – 15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
5.	09.09 – 15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка координации движений	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
6.	09.09 – 15.09	3.2	Основные позиции ног	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций ног. Правила переноса веса тела		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
7.	16.09-22.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка координации движений	Воспитание интереса к классическому танцу	Музыкальный центр, ноутбук

8.	16.09-22.09	3.4	Основные позиции рук	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций рук		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
9.	16.09-22.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Понятие «батман тандю». Виды позиций ног		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
10.	23.09 – 29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний	2	Понятие «батман тандю». Виды позиций ног		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
11.	23.09 – 29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 8 ч									
12.	23.09 – 29.09	4.1	Танцевальные точки зала	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Правила работы по точкам. Основные танцевальные точки зала. Отсчет от 1 й точки, место ее нахождения		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
13.	30.09 – 06.10	4.2	Направления выполнения движений	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – тренировка	2		Выполнение движений руками и ногами по направлениям «от себя» и «к себе»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

14.	30.09 – 06.10	4.3	Работа по кругу, работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения. Изменение темпа музыки	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3 Основы классической хореографии – 44 ч									
15.	30.09 – 06.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие – тренировка	2		Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра.	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
16.	07.10- 13.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие – тренировка	2		Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
17.	07.10- 13.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие – тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю». Позиции ног III, IV, V. Отработка «Релеве» по всем позициям ног	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
18.	07.10- 13.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Виды вращений, их названия. Техника исполнения, правило «зрительной точки» при повороте. Понятие «внутренний стержень» и «устойчивость»		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

19.	14.10- 20.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений вокруг себя и по залу. Отработка правила «внутреннего стержня»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
20.	14.10- 20.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений вокруг себя и по залу. Отработка правила «внутреннего стержня»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
21.	14.10- 20.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие сообщения новых знаний.	2	Виды приседаний, их уровни и названия		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
22.	21.10 – 27.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение глубоких и неглубоких приседаний под счет	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
23.	21.10 – 27.10	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие сообщения новых знаний	2	Виды перегибов корпуса, их название		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
24.	21.10 – 27.10	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие – тренировка	2		Выполнение перегибов корпуса вперед, назад и в стороны. Понятие «ровной спины»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
25.	28.10 – 03.11	3.8	Прыжки	Занятие – тренировка	2	Виды прыжков, их название		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 5. Учебно-тренировочная работа - 58 ч

26.	28.10 – 03.11	5.1	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка	Занятие – тренировка	2	Исполнение движений в медленном и обычном темпе. Демонстрация движения, его раскладка по темпу музыки		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
27.	28.10 – 03.11	5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие – тренировка	2	Методика выполнения движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 8 ч									
28.	04.11-10.11	4.4	Работа по диагонали	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по диагонали. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа -58 ч									
29.	04.11-10.11	5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие — тренировка	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу и по диагонали, умение держать круг и диагональ. Четкость линии, интервалы	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

30.	04.11-10.11	5.3	Работа руками	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с выполнением батманов и танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
31.	11.11-17.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями	Занятие – тренировка	2	Виды основных элементов для формирования хореографических комбинаций		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
32.	11.11-17.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: III – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень». Понятие «ровная спина». Понятие «ронд»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
33.	11.11-17.11	5.5	Вращения в связке	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости. Правило «зрительной точки»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
34.	18.11 – 24.11	5.5	Вращения в связке	Комбинированное занятие. – тренировка	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости. Правило «зрительной точки»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

35.	18.11 – 24.11	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка поворотов Тур пике и пируэтов. Техника исполнения, соблюдение правила о зрительной точке при повороте.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
36.	18.11 – 24.11	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Работа по диагонали танцевального класса. Понятие «ровная спина». Выполнение поворота в чередовании с другими элементами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
37.	25.11 – 01.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
38.	25.11 – 01.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Соблюдение понятия «ровная спина». Упражнения, способствующие развитию гибкости		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
39.	25.11 – 01.12	5.5	Вращения в связке	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка поворотов Тур пике и пируэтов. Техника исполнения, соблюдение правила о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса. Понятие «ровная спина». Выполнение поворота в чередовании с другими элементами	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

40.	02.12-08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Упражнения, способствующие воспитанию координации, развитию гибкости движений у танцора. Соблюдение понятия «ровная спина»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
41.	02.12-08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
42.	02.12-08.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов рондов, прыжков, вращений	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
43.	09.12 –15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
44.	09.12 –15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
45.	09.12 –15.12	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

46.	16.12 – 22.12	3.8	Прыжки	Занятие– тренировка	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка. Выполнение прыжков на середине зала	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
47.	16.12 – 22.12	3.8	Прыжки	Занятие– тренировка	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка. Выполнение прыжков на середине зала	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 6. Постановочная работа – 38 ч

48.	16.12 – 22.12	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2	Особенности выполнения поворотов и элементов танца «Флейта леса»		Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
49.	23.12 – 29.12	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2	Соблюдение линий и перестроений в танце. Скорость выполнения элементов и темп музыки		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
50.	23.12 – 29.12	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I части танца «Флейта леса». Работа без музыки и под музыку	Воспитание сценической культуры	Музыкальный центр, ноутбук
51.	23.12 – 29.12	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I части танца «Флейта леса». Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

52.	30.12 – 05.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I части танца «Флейта леса». Работа без музыки и под музыку	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
53.	30.12 – 05.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка I части танца «Флейта леса». Работа без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
54.	30.12 – 05.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
55.	06.01 – 12.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
56.	06.01 – 12.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
57.	06.01 – 12.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Отработка I части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
58.	13.01 – 19.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	2		Отработка I части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

59.	13.01– 19.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–	2		Разучивание и отработка II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
60.	13.01– 19.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–	2		Отработка I части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
61.	20.01 – 26.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–	2		Отработка II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
62.	20.01 – 26.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–	2		Разучивание и отработка II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
63.	20.01 – 26.01	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–	2		Разучивание и отработка I и II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
64.	27.01 – 02.02	6.1	Работа над танцем «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–		2	Разучивание и отработка I и II части танца «Флейта леса» без музыки и под музыку. Соблюдение понятия «внутреннего стержня» и правила «зрительной точки»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

65.	27.01 – 02.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Вращения», «Де гаже» «Батманы». Исполнение под музыку. Держим ровный корпус	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
66.	27.01 – 02.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Флейта леса»	Занятие – тренировка	–	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Вращения», «Де гаже» «Батманы». Исполнение под музыку. Держим ровный корпус	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 9. Балетная гимнастика – 26 ч

67.	03.02-09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированно	е	2	Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу. Упражнения с сокращенной и затянутой стопой		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
68.	03.02-09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированно	е	2	Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу. Упражнения с сокращенной и затянутой стопой		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
69.	03.02-09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие– тренировка		2		Упражнения для развития гибкости стопы. Вращения стопой в положении стоя, сидя, лежа. Ходьба на носочках	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

70.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие– тренировка	2		Сокращения и затягивание стопы. Круговые движения ногой с сокращенной и затянутой стопой	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
71.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие– тренировка	2		Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы. Переход с носка на пятку и наоборот	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 58 ч

72.	10.02-16.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
73.	17.02 – 23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

74.	17.02 – 23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры. Понятие «ровная спина». Правило переноса веса тела		Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
75.	17.02 – 23.02	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений у станка. Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
76.	24.02 – 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, де гаже, перегибов корпуса в разные стороны. Нарботка координации движения.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
77.	24.02 – 02.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Нарботка координации движения. Соблюдение понятия «ровная спина» и правила переноса веса тела	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
78.	24.02 – 02.03	5.6	Экзерсис на середине зала	Занятие – тренировка	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, вращений. Чередование этих элементов с другими без музыки и под музыку. Отработка «внутреннего стержня»	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 7. Импровизация -14 ч

79.	03.03 – 09.03	7.1	Понятие «Импровизация»	Занятие применения знаний, умений, навыков. Занятие. Занятие - репетиция	2	Понятие «Импровизация». Соотношение музыки и ее темпа и движений		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
80.	03.03 – 09.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
81.	03.03 – 09.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
82.	10.03 -16.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 58 ч									
83.	10.03 -16.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие– тренировка	2		Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете». Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, де гаже, перегибов корпуса в разные стороны. Нарботка координации движения.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

84.	10.03 -16.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Включение в комплекс гранд батманов, рондов, прыжков, де гаже, перегибов корпуса в разные стороны. Нарботка координации движения. Соблюдение понятия «ровная спина» и правила переноса веса тела	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
85.	17.03 – 23.03	5.7	Экзерсис у станка	Занятие - репетиция	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений у станка. Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете». Соблюдение понятия «ровная спина» и правила переноса веса тела	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
86.	17.03 – 23.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса. Исполнение рондов и батманов.	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
87.	17.03 – 23.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений. Исполнение прыжков.	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
88.	24.03 – 30.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие - репетиция	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений. Исполнение прыжков	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 8 .Общефизическая подготовка – 22 ч

89.	24.03 – 30.03	8.1	Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие – тренировка	2		Постановка корпуса. Наклоны корпуса вперед, назад и в стороны. Повороты головы, наклоны головы.	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
90.	24.03 – 30.03	8.1	Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие – тренировка	2		Основные положения ног. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной, над головой	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
91.	31.03 – 06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Правильное исполнение упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы). Правильное дыхание во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
92.	31.03 – 06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу	Занятие – тренировка	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой)	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
93.	31.03 – 06.04	8.3	Понятие «Эластичность»	Занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку и на силу мышц. Упражнения для спины, ног, рук, шеи. Наклоны корпуса в различные стороны в положении стоя и сидя на полу	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 9. Балетная гимнастика – 26 ч

94.	07.04 – 13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2	Техника последовательного напряжения и расслабления мышц тела		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Музыкальный центр, ноутбук
95.	07.04 – 13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2		Упражнения «кошка», «крылья бабочки», «поза ребенка». Дыхательные упражнения	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
96.	07.04 – 13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2		Напряжение всех мышц тела и полное расслабление в положении сидя, стоя, лежа на животе, лежа на спине. Скручивания.	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
97.	14.04 – 20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2	Правильное исполнение упражнений на развитие амплитуды шага		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
98.	14.04 – 20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Выполнение гранд батманов и батман тандю жете вперед, в сторону, назад. Упражнение «Солнышко», «велосипед», «ножницы»	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
99.	14.04 – 20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Упражнение «Солнышко», «велосипед», «ножницы». Упражнения на растяжение подколенных связок, икроножных мышц, укрепление всех групп мышц ног, ягодичных мышц	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

100.	21.04- 27.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2	Техника исполнения упражнений на гибкость и на силу корпуса		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
101.	21.04- 27.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2	Упражнения на гибкость корпуса Наклоны корпуса вперед, назад в стороны, круговые движения. Упражнения «кораблик», «лодочка», «дракон», «рыбка», «бабочка и тюльпан». Мостик. Ходьба на руках с поддержкой ног партнером. Колесо. «Паучок», «кошечка»		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 8. Общефизическая подготовка – 22 ч

102.	21.04- 27.04	8.3	Понятие «Эластичность»	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2	Наклоны корпуса в различные стороны в положении стоя и сидя на полу. Силовые упражнения: отжимания, планочка, качание пресса. Работа на полу в парах в положении сидя.		Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
103.	28.04 – 04.05	8.3	Понятие «Эластичность»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2	Силовые упражнения: отжимания, планочка, качание пресса. Работа на полу в парах в положении сидя. Мостик из положения на коленях, из положения стоя на полу		Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук

104.	28.04 – 04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Комбинированное занятие, занятие – тренировка	2		Техника выполнения шпагата. Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты, бабочки, лягушки).	Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
105.	28.04 – 04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах, в положении лежа и в положении сидя	Воспитание стремления к развитию	Музыкальный центр, ноутбук
106.	05.05– 11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты, бабочки, лягушки). Выполнение упражнений в темпе музыки	Воспитание трудолюбия	Музыкальный центр, ноутбук
107.	05.05– 11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты, бабочки, лягушки). Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах, в положении лежа и в положении сидя	Воспитание ответственности	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 10. Итоговое занятие – 2 ч									
108.	05.05– 11.05		Творческий концерт	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Творческий концерт. Подведение итогов усвоения программы 2 года обучения	Воспитание уверенности в себе	Музыкальный центр, ноутбук
				Всего:	216 ч	64 ч	152 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
общеобразовательной общеразвивающей программы
«Классическая хореография» художественной направленности,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Емельянова Г.И.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 7 – 18 лет

Автор:
Попова Татьяна Олеговна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

**Календарно-тематический план
(авторская общеобразовательная общеразвивающая программа 1-го года обучения «Классическая хореография»)
2024 -2025 учебный год**

№ п/ п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предпожи-тельные	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение– 2 ч									
1.	02.09-08.09		Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний Рассказ - Беседа	2	Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности.		Способствовать формированию представления об основных нормах и правилах поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе. Инструктаж по ТБ	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 2 История танца - 2 ч									
2.	02.09-08.09	2.1	История зарождения классического танца.	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Место зарождения развития классического танца. Первый балет в России. Что легло в основу классического танца		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 3. Основы классической хореографии - 46 ч									
3.	02.09-08.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Основные элементы, комбинации классической хореографии, координация движения		Способствовать формированию интереса к танцевальному искусству	Музыкальный центр, ноутбук

4.	09.09-15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения элементов классического танца	Музыкальный центр, ноутбук
5.	09.09-15.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка координации движений	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения элементов классического танца	Музыкальный центр, ноутбук
6.	09.09-15.09	3.2	Основные позиции ног	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций ног		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения элементов классического танца	Музыкальный центр, ноутбук
7.	16.09-22.09	3.1	Элементы классического танца. Координация движений	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Построение комбинаций из основных элементов классической хореографии. Отработка координации движений	Способствовать формированию у учащихся навыков координации движений	Музыкальный центр, ноутбук
8.	16.09-22.09	3.4	Основные позиции рук	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций рук		Способствовать формированию у учащихся знаний об основных позицияхрук	Музыкальный центр, ноутбук
9.	16.09-22.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Понятие «батман тандю». Виды позиций ног		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного понимания выворотности	Музыкальный центр, ноутбук
10.	23.09-29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний.	2	Понятие «батман тандю». Виды позиций ног		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного понимания выворотности	
11.	23.09-29.09	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю»	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного понимания выворотности	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 10 ч

12.	23.09-29.09	4.1	Танцевальные точки зала	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Правила работы по точкам. Основные танцевальные точки зала. Отсчет от 1 й точки, место ее нахождения		Способствовать формированию у учащихся знаний о танцевальных точках зала	Музыкальный центр, ноутбук
13.	30.09-06.10	4.2	Направления выполнения движений	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Выполнение движений руками и ногами по направлениям «от себя» и «к себе»		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения движений	Музыкальный центр, ноутбук
14.	30.09-06.10	4.3	Работа по кругу, работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения движений	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 3 Основы классической хореографии – 46 ч

15.	30.09-06.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения выворотности.	Музыкальный центр, ноутбук
16.	07.10-13.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения выворотности.	Музыкальный центр, ноутбук
17.	07.10-13.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие– тренировка	2		Упражнения для развития выворотности стопы. Работа стопой в положение «батман тандю». Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения выворотности.	Музыкальный центр, ноутбук
18.	07.10-13.10	3.3	Работа со стопой. Понятие выворотности	Занятие – тренировка	2		Позиции ног I, II, III. Натяжение и расслабление стопы. Выворотность бедра. Отработка «Релеве». Упражнения для ног и стопы в положении сидя на полу.	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения выворотности.	Музыкальный центр, ноутбук

19.	14.10-20.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие сообщения новых знаний. занятие – тренировка	2	Техника исполнения, правило «зрительной точки» при повороте		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения вращений.	Музыкальный центр, ноутбук
20.	14.10-20.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений вокруг себя и по залу. Отработка правила «зрительной точки» при поворотах	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения вращений.	Музыкальный центр, ноутбук
21.	14.10-20.10	3.5	Вращения. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение вращений вокруг себя и по залу. Отработка правила «зрительной точки» при поворотах	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения вращений.	Музыкальный центр, ноутбук
22.	21.10-27.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие сообщения новых знаний.	2	Виды приседаний, их уровни и названия		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения приседаний.	Музыкальный центр, ноутбук
23.	21.10-27.10	3.6	Приседания. Виды	Занятие – тренировка	2		Выполнение глубоких и неглубоких приседаний	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения приседаний.	Музыкальный центр, ноутбук
24.	21.10-27.10	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие сообщения новых знаний.	2	Виды перегибов корпуса, их название		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения перегибов корпуса.	Музыкальный центр, ноутбук
25.	28.10-03.11	3.7.	Перегибы корпуса	Занятие – тренировка	2		Выполнение перегибов корпуса вперед, назад и в стороны. Понятие «ровной спины»	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения перегибов корпуса.	Музыкальный центр, ноутбук

26.	28.10-03.11	3.8	Прыжки.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2	Виды прыжков, их название		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа - 52 ч									
27.	28.10-03.11	5.1	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка	Занятие – тренировка	2	Исполнение движений в медленном и обычном темпе. Демонстрация движения, его раскладка по темпу музыки		Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных движений	Музыкальный центр, ноутбук
28.	04.11-10.11	5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие – тренировка	2	Методика выполнения движений по кругу и по диагонали танцевального класса		Способствовать формированию грамотности выполнения движений по кругу и по диагонали танцевального класса	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения – 10 ч									
29.	04.11-10.11	4.3	Работа по кругу, работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук
30.	04.11-10.11	4.4	Работа по диагонали	Занятие — тренировка	2		Отработка танцевальных элементов по диагонали. Чередование элементов с увеличением темпа. Изменение уровня движения	Способствовать формированию грамотности выполнения движений по диагонали танцевального класса	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа -52 ч									
31.		5.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса	Занятие — тренировка	2		Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу и по диагонали, умение держать круг и диагональ. Четкость линии, интервалы	Способствовать формированию грамотности выполнения движений по кругу и по диагонали танцевального класса	Музыкальный центр, ноутбук

32.	11.11-17.11	5.3	Работа руками.	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с выполнением батманов и танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Способствовать формированию грамотности правил выполнения танцевальных комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук
33.	11.11-17.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие – тренировка	2	Виды основных элементов для формирования хореографических комбинаций		Способствовать формированию грамотности правил выполнения хореографических комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук
34.	18.11-24.11	5.4	Работа с хореографическими комбинациями.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень»	Способствовать формированию грамотности правил выполнения хореографических комбинаций	Музыкальный центр, ноутбук
35.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости		Способствовать формированию грамотности правил выполнения вращений	Музыкальный центр, ноутбук
36.	18.11-24.11	5.5	Вращения в связке.	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2	Правила выполнения поворотов. Понятие и правило устойчивости		Способствовать формированию грамотности правил выполнения вращений	Музыкальный центр, ноутбук
37.	25.11-01.12	5.5	Вращения в связке.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка поворотов Тур пике и пируэтов. Техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения вращений	Музыкальный центр, ноутбук
38.		5.5	Вращения в связке.	Занятие – тренировка	2		Разучивание и отработка поворотов Тур пике и пируэтов. Техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса	Способствовать формированию грамотности правил выполнения вращений	Музыкальный центр, ноутбук

39.	25.11-01.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие-показ, групповое, интегрированное.	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук
40.	02.12-08.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие-показ, групповое, интегрированное.	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук
41.	02.12-08.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие-показ, групповое, интегрированное.	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук
42.	02.12-08.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие тренировка –	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук
43.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие тренировка –	2		Включение в комплекс рондов, прыжков, вращений	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук
44.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие тренировка –	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук
45.	09.12-15.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие тренировка –	2		Включение в комплекс рондов, прыжков, вращений	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук
46.	16.12-22.12	5.6	Экзерсис на середине зала.	Занятие тренировка –	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений на середине зала. Включение в комплекс рондов, прыжков, вращений	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса на середине зала	Музыкальный центр, ноутбук

47.	16.12-22.12	3.8	Прыжки.	Занятие– тренировка,	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук
48.	16.12-22.12	3.8	Прыжки.	Занятие– тренировка,	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения прыжков.	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 6. Постановочная работа – 34 ч									
49.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2	Особенности выполнения поворотов и элементов танца «Весенние краски».	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
50.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2	Разучивание и отработка I и II частей танца «Весенние краски». Работа без музыки и под музыку	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
51.	23.12-29.12	6.1	Работа над танцем «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2	Разучивание и отработка I и II частей танца «Весенние краски». Работа без музыки и под музыку	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
52.	30.12- 05.01	6.1	Работа над танцем «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2	Разучивание и отработка I и II частей танца «Весенние краски». Работа без музыки и под музыку	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
53.	30.12- 05.01	6.1	Работа над танцем «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2	Разучивание и отработка I и II частей танца «Весенние краски». Работа без музыки и под музыку	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук

62.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Весенние краски». Работа без музыки и под музыку	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
63.	20.01-26.01	6.1	Работа над танцем «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2		Разучивание и отработка I и II частей танца «Весенние краски». Работа без музыки и под музыку	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
64.	27.01-02.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Батманы»	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
65.	27.01-02.02	6.2	Индивидуальная отработка элементов танца «Весенние краски».	Занятие тренировка	–	2		Исполнение элементов танца из группы «Прыжки», «Перегибы корпуса», «Батманы»	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 9. Балетная гимнастика – 26 ч

66.	27.01-02.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированное.		2	.Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу.		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения упражнений на развитие голеностопного сустава.	Музыкальный центр, ноутбук
67.	03.02-09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие-показ, групповое, интегрированное.		2	.Техника исполнения упражнений стоя, сидя и лежа на полу.		Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения упражнений на развитие голеностопного сустава.	Музыкальный центр, ноутбук

68.	03.02-09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие– тренировка	2		Упражнения для развития гибкости стопы. Вращения стопой в положении стоя, сидя, лежа. Ходьба на носочках	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения упражнений на развитие голеностопного сустава.	Музыкальный центр, ноутбук
69.	03.02-09.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие– тренировка	2		Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы. Переход с носка на пятку и наоборот	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения упражнений на развитие голеностопного сустава.	Музыкальный центр, ноутбук
70.	10.02-16.02	9.1	Упражнения на развитие голеностопного сустава и укрепления стопы	Занятие– тренировка	2		Упражнения для развития гибкости стопы. Вращения стопой в положении стоя, сидя, лежа. Ходьба на носочках Ходьба на внутренней и внешней стороне стопы. Переход с носка на пятку и наоборот	Способствовать формированию у учащихся навыков правильного выполнения упражнений на развитие голеностопного сустава.	Музыкальный центр, ноутбук

Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 52 ч

71.	10.02-16.02	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук
72.	10.02-16.02	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук

73.	17.02-23.02	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие– тренировка	2	Упражнения, способствующие развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцора. Использование опоры		Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук
74.	17.02-23.02	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие– тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений у станка. Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете»	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук
75.	17.02-23.02	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие– тренировка	2		Включение в комплекс рондов, прыжков, перегибов корпуса в разные стороны.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук
76.	24.02-02.03	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие– тренировка	2		Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете». Включение в комплекс рондов, прыжков, перегибов корпуса в разные стороны. Нарботка координации движения	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 7. Импровизация -18 ч									
77.	24.02-02.03	7.1	Понятие «Импровизация».	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие Занятие - репетиция	2	Понятие «Импровизация». Соотношение музыки и движений		Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах	Музыкальный центр, ноутбук
78.	24.02-02.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук

79.	03.03-09.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков.	2		Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
80.	03.03-09.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 5. Учебно-тренировочная работа – 52 ч									
81.	03.03-09.03	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие – тренировка	2		Отработка комплекса тренировочных упражнений у станка. Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете». Включение в комплекс рондов, прыжков, перегибов корпуса в разные стороны	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук
82.	10.03-16.03	5.7	Экзерсис у станка.	Занятие - репетиция	2		Отработка «Батман тандю» и «батман тандю жете». Включение в комплекс рондов, прыжков, перегибов корпуса в разные стороны. Нарботка координации движения.	Способствовать формированию у учащихся навыков выполнения экзерсиса у станка.	Музыкальный центр, ноутбук
83.	10.03-16.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук
84.	10.03-16.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук

85.	17.03-23.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие - репетиция	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений. Исполнение прыжков	Способствовать формированию навыков по выполнению элементов танца	Музыкальный центр, ноутбук
86.	17.03-23.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие	2		Индивидуальное исполнение движений под быстрый и медленный темп музыки. Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук
87.	17.03-23.03	7.2	Индивидуальное исполнение импровизированных движений	Занятие применения знаний, умений, навыков. занятие	2		Исполнение вращений. Исполнение прыжков. Чередование приседаний и прыжков с перегибами корпуса	Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных элементов под определенную музыку.	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8 .Общефизическая подготовка – 24 ч									
88.	24.03-30.03	8.1	Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие – тренировка,	2		Постановка корпуса. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Повороты головы, наклоны головы.	Способствовать формированию навыков правильного выполнения упражнений	Музыкальный центр, ноутбук
89.	24.03-30.03	8.1	Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	Занятие – тренировка,	2		Основные положения ног. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной	Способствовать формированию навыков правильного выполнения упражнений	Музыкальный центр, ноутбук
90.	24.03-30.03	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу.	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка,	2	Исполнение упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы). Правильное дыхание во время упражнений		Способствовать формированию навыков выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Музыкальный центр, ноутбук

91.	31.03 -06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу.	Занятие – тренировка,	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой)	Способствовать формированию навыков выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Музыкальный центр, ноутбук
92.	31.03 -06.04	8.2	Выполнение упражнений лежа и сидя на полу.	Занятие – тренировка,	2		Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой)	Способствовать формированию навыков выполнения упражнений лежа и сидя на полу	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 9. Балетная гимнастика – 26 ч									
93.	31.03 -06.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2	Техника последовательного напряжения и расслабления мышц тела.		Способствовать формированию навыков напряжения и расслабления мышц	Музыкальный центр, ноутбук
94.	07.04-13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2		Упражнения «кошка», «крылья бабочки», «поза ребенка». Дыхательные упражнения	Способствовать формированию навыков напряжения и расслабления мышц	Музыкальный центр, ноутбук
95.	07.04-13.04	9.2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	Занятие – тренировка	2		Напряжение всех мышц тела и полное расслабление в положении сидя, стоя, лежа на животе, лежа на спине. Скручивания.	Способствовать формированию навыков напряжения и расслабления мышц	Музыкальный центр, ноутбук
96.	07.04-13.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2	Правильное исполнение упражнений на развитие амплитуды шага.		Способствовать формированию навыков выполнения упражнений для развития амплитуды шага	Музыкальный центр, ноутбук
97.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Выполнение гранд батманов вперед, в сторону, назад. Упражнение «Солнышко», «ножницы».	Способствовать формированию навыков выполнения упражнений для развития амплитуды шага	Музыкальный центр, ноутбук

98.	14.04-20.04	9.3	Упражнения для развития амплитуды шага	Занятие – тренировка	2		Упражнения на растяжение подколенных связок, укрепление всех групп мышц ног, ягодичных мышц	Способствовать формированию навыков выполнения упражнений для развития амплитуды шага	Музыкальный центр, ноутбук
99.	14.04-20.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2	Техника исполнения упражнений на гибкость корпуса		Способствовать формированию навыков выполнения упражнений на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Музыкальный центр, ноутбук
100.	21.04-27.04	9.4	Упражнения на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса Наклоны корпуса вперед, назад в стороны, круговые движения. Упражнения «кораблик», «лодочка», «дракон», «рыбка», «бабочка и тюльпан». Мостик. Стойка на руках. Колесо.	Способствовать формированию навыков выполнения упражнений на развитие боковых мышц и укрепление осанки	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 8. Общефизическая подготовка – 24 ч									
101.	21.04-27.04	8.3	Понятие «Эластичность».	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку и на силу мышц. Упражнения для спины, ног, рук, шеи. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и сидя на полу.	Способствовать формированию способности развития эластичности	Музыкальный центр, ноутбук
102.	21.04-27.04	8.3	Понятие «Эластичность».	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Силовые упражнения: отжимания, качание пресса. Работа на полу в парах в положении сидя	Способствовать формированию способности развития эластичности	Музыкальный центр, ноутбук
103.	28.04-04.05	8.3	Понятие «Эластичность».	Комбинированное занятие. занятие – тренировка	2		Упражнения для спины, ног, рук, шеи. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и сидя на полу. Силовые упражнения: отжимания, качание пресса.	Способствовать формированию способности развития эластичности	Музыкальный центр, ноутбук

104.	28.04-04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Комбинирован-ное занятие. занятие – тренировка.	2		Техника выполнения шпагата. Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты, бабочки, лягушки).	Способствовать формированию способности развития растяжки	Музыкальный центр, ноутбук
105.	28.04-04.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах, в положении лежа.	Способствовать формированию способности развития растяжки	Музыкальный центр, ноутбук
106.	05.05-11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты, бабочки, лягушки). Выполнение упражнений в темпе музыки	Способствовать формированию способности развития растяжки	Музыкальный центр, ноутбук
107.	05.05-11.05	8.4	Понятие «Растяжка»	Занятие – тренировка	2		Упражнения стрейч-характера на растяжку мышц тела (растяжки, шпагаты, бабочки, лягушки). Выполнение упражнений в темпе музыки. Работа на полу в парах, в положении лежа	Способствовать формированию способности развития растяжки	Музыкальный центр, ноутбук
Раздел 10. Итоговое занятие – 2 ч									
108.	05.05-11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Творческий концерт. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения	Способствовать формированию своего творческого потенциала по уверенности в собственных силах.	Музыкальный центр, ноутбук
				Всего:	216 ч	64 ч	152 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
адаптированной дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы

«Мир танца»,

авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Волгарева И.А.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 6 – 12 лет

Автор:

Головинский Артём Владимирович,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем» (6-9 лет)

(Авторская адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» (6-12лет)

первый год обучения) 2024 – 2025 учебный год

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение 2 ч.									
1.	02.09-08.09		1.1. Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. групповое. Рассказ - Беседа	2	Правила внутреннего распорядка Дворца. Знакомство со сверстниками и окружающим пространством. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности, соблюдать правила поведения во время занятий	Ноутбук, колонки
Раздел 2. Развитие ориентации в пространстве 10ч (14ч)									
2.	02.09-08.09		2.1.Ориентировка «на себе», «от себя»	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Усвоение знаний о расположении частей собственного тела		Научить принимать цели занятий и произвольно включаться в деятельность, соблюдать правила поведения	Ноутбук, колонки

3.	09.09-15.09		2.1.Ориентировка «на себе», «от себя»	Занятие сообщения новых знаний	2		Развитие зрительно-двигательной координации и различие основных групп направлений (вперед-назад, вверх-вниз, направо-налево). Различие правой и левой руки, ноги, плеча. Повороты вправо, влево. Задание «Покажи направление» («Посмотри, что есть сверху?») (солнышко, лампочки и пр.). «Что находится внизу?» (дорожка, трава, корзинка и т.д.).Давай посмотрим, какие предметы расположены справа от тебя, кто стоит слева от тебя)	Научить принимать цели занятий и произвольно включаться в деятельность	Ноутбук, колонки
4.	09.09-15.09		2.2.Ориентировка «от предмета»	Занятие сообщения новых знаний	2		Умение определять словом положение того или иного предмета по отношению к другому. Игра «Давай меняться», «Что изменилось?», «На плоту». Игровое упражнение «Далеко - близко» (Как ты думаешь, Маша сидит? (близко). Зеркало висит? Шкаф стоит? Коврики лежат? Колонка далеко? (далеко))	Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки
5.	16.09-22.09		2.2.Ориентировка «от предмета»	Занятие сообщения новых знаний	2		Умение определять словом положение того или иного предмета по отношению к другому Игровое упражнение «Высоко - низко» (Летит самолет: высоко или низко? /высоко, ребенок поднимает руки/. Коврик лежит на полу: высоко или низко? /низко, опускает руки)	Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки
6.	16.09-22.09		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Положение прямо (анфас), полуоборот, профиль. Шаги вперед лицом. Шаги боком. Подскоки вперед и назад.	Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Развитие «мышечного чувства» 8ч (14 ч.)									
7.	23.09-29.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития чувствительности каждой части тела		Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки

8.	23.09-29.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Сгибание кистей вниз–вверх, отведение их вправо, влево, руки вытянуты в стороны на уровне плеч. Сгибание коленей, загибание стопы вниз–вверх, в стороны. Поднятие на полупальцы по I, II позициям	Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки
9.	30.09-06.10		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках. Движение рук - имитация «Полоскание». «Трясти кистями». «Стряхнуть воду с кистей»	Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки
10.	30.09-06.10		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие – тренировка	2		Поднятие на полупальцы по I, II позициям. Шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках. Движение рук - имитация «Полоскание». «Трясти кистями». «Стряхнуть воду с кистей»	Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки
Раздел 2. Развитие ориентации в пространстве 4 ч. (14ч)									
11.	07.10-13.10		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Двигательный диктант (Сначала хлопни, затем топни, потом подними руки). Свободное размещение по залу, пары, тройки	Научить активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия	Ноутбук, колонки
12.	07.10-13.10		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Игровое упражнение «Выполни задание». Беседа по теме «Вчера-сегодня-завтра» (Что мы делали вчера? Что сегодня? Что будем делать завтра)	Развитие положительной мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Развитие «мышечного чувства» 6ч (14 ч.)									
13.	14.10-20.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Беседа о важности умения напрягать и расслаблять мышцы. Важность правильного дыхания. Держим внимание на ощущении напряжения и расслабления		Развитие положительной мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки

14.	14.10-20.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Напряжение и расслабление мышц лица – щеки, губы, веки. Надуть щеки, почувствовать сопротивление, а затем сдуть. Нахмурить лоб, Зажмурить глаза, плотно сомкнув веки, расслабить. Вытянуть губы трубочкой, оттянуть краешки губ в стороны. Игра в сердилки. Глубоко зевнув, потянуться, подняв руки вверх и поднявшись на носочки, с выдохом расслабиться, опустить руки, наклонив голову вперед	Развитие положительной мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки
15.	21.10-27.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Лежа на спине, руки вдоль туловища - с выдохом расслабиться. Стойка в полунаклоне, руки свободно опущены - повороты туловища влево-вправо, при этом руки, расслабленно раскачиваясь, должны слегка отставать от основного движения. Напряжение и расслабление мышц шеи (наклоны головы). Напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса, ног, живота	Развитие положительной мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки
Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения 10 ч.									
16.	21.10-27.10		4.1. Танцевальные точки зала	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам		Развитие положительной мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки
17.	28.10-03.11		4.2. Работа с темпом и уровнем движения	Занятие сообщения новых знаний.	2		Освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Движение под музыку и перестроение. Умение согласовывать музыку с движением	Развитие положительной мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки
18.	28.10-03.11		4.2. Работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Исполнение танцевальных движений, шагов по правилам танцевальных точек зала. Ходьба на каждый счет и через счет с хлопками в ладоши. Хлопки в такт музыке. Движение рук	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки

19.	04.11 - -10.11		4.2.Работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Хлопки в такт музыке. Движение рук. Качание рук под музыку, плавно, непринуждённо. Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка"	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
20.	04.11 - -10.11		4.3.Упражнения с мячом	Занятие -сообщение (изучения) новых знаний Занятие – тренировка	2		Работа с мячом по точкам зала. Передача мяча по кругу на сильную долю такта. Передача мяча в линии, в кругу, в колоннах. Темп (быстро, медленно, умеренно)	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Танцевальная азбука 10ч. (18ч)									
21.	11.11- 17.11		5.1.Основные положения и движения корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных положениях и движениях корпуса. Понятие «Равновесие». Обучение правильному дыханию		Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
22.	11.11- 17.11		5.1.Основные положения и движения корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Скрутка бедрами. Оттяжки бедрами и грудью. Круги бедрами и грудью	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
23.	18.11 - 24.11		5.1.Основные положения и движения корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Волна руками. Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад. Движение грудной клеткой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
24.	18.11 - 24.11		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Танцевальный шаг назад (в медленном темпе). Шаг на полупальцах назад. Шаг с высоким подъёмом колена вперёд на полупальцах. Спортивная ходьба, делая маховые движения руками. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки

25.	25.11-01.12		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом. Выдвижение ноги: в сторону и вперед из III позиции; вперед и в сторону из III позиции в сочетании с полуприседанием	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
Раздел 6. Элементы классического танца 10 ч.									
26.	25.11-01.12		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук. Изучение позиций ног: I, II, VI	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
27.	02.12-08.12		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Изучение позиций ног: I, II, VI. Работа стопой в положение «батман тандю». Выворотность бедра. Работа над выворотностью стопы и координацией движений	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
28.	02.12-08.12		6.2. Прыжки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Виды прыжков, их название. Правила опускания на стопу после прыжка. Понятие «Равновесие»		Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
29.	09.12-15.12		6.2. Прыжки	Занятие – тренировка	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
30.	09.12-15.12		6.3.Перегибы корпуса	Занятие– тренировка	2		Выполнение перегибов корпуса вперед, назад и в стороны. Понятие «ровной спины». Понятие «Внутренний стержень»	Воспитание стремления к развитию позитивной оценки своих танцевальных возможностей	Ноутбук, колонки
Раздел 7. Координация движения 12 ч									

31.	16.12- 22.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Стойка на двух ногах – ноги на ширине плеч, в этом положении поднятие на полупалец. Стойка на двух ногах – закрыть глаза. Стойка на одной ноге с открытыми, потом с закрытыми глазами	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
32.	16.12- 22.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		Стойка на одной ноге с открытыми, потом с закрытыми глазами. Шаг по залу на полупальцах. Наклоны корпуса из положения стоя – ноги на ширине плеч	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
33.	23.12- 29.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		В положении лежа махи ногами, руками, круговые движения. Ходьба по ровной линии с поднятыми руками	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
34.	23.12- 29.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		Ходьба по ровной линии с поднятыми руками. Повороты вокруг собственной оси	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
35.	30.12- 31.12		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Передвижение по полосе препятствий (с использованием реквизита – кубиков, резинок, мячей и др.). Работа в парах с мячом – перекатывание между партнерами. Удерживание груза на голове (кубика) в положении стоя	Воспитание сценической культуры, слушать и исполнять танцевальные композиции, способность, учить вести диалог в детском коллективе	Ноутбук, колонки
36.	06.01- 12.01		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Передвижение по полосе препятствий (с использованием реквизита – кубиков, резинок, мячей и др.). Работа в парах с мячом – перекатывание между партнерами. Удерживание груза на голове (кубика) в положении стоя	Воспитание сценической культуры, слушать и исполнять танцевальные композиции, способность, учить вести диалог в детском коллективе	Ноутбук, колонки

Раздел 5. Танцевальная азбука 8ч. (18ч)

37.	06.01- 12.01		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Виды построений. Правила построений		Воспитание сценической культуры, слушать и исполнять танцевальные композиции, способность, учить вести диалог в детском коллективе	Ноутбук, колонки
38.	13.01- 19.01		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Построения по линиям. Построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах. Перестроение из колонны в шеренгу и обратно. Построение в шахматном порядке, клин. Круг, сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг	Развивать интерес к деятельности, предусмотренной программой, учить самостоятельно и активно использовать сформированные танцевальные навыки	Ноутбук, колонки
39.	13.01- 19.01		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Развивать интерес к деятельности, предусмотренной программой, учить самостоятельно и активно использовать сформированные танцевальные навыки	Ноутбук, колонки
40.	20.01- 26.01		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Воспитание сценической культуры, слушать и исполнять танцевальные композиции, способность, учить вести диалог в детском коллективе	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Учебно-тренировочная работа 6ч. (18 ч.)

41.	20.01- 26.01		8.1.Демонстрация движения, его музыкальная раскладка	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе. Понятие о темпе, ритме, повторяемости		Приобщение к танцевальному и музыкальному творчеству	Ноутбук, колонки
42.	27.01- 02.02		8.2.Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов	Приобщение к танцевальному и музыкальному творчеству	Ноутбук, колонки
43.	27.01- 02.02		8.2.Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Приобщение к танцевальному и музыкальному творчеству	Ноутбук, колонки

Раздел 9. Партерная гимнастика 8ч. (12 ч)

44.	03.02- 09.02		9.1.Развитие голеностопного сустава	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о важности развития выворотности и укрепления голеностопного сустава		Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
45.	03.02- 09.02		9.1.Развитие голеностопного сустава	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Лежа на спине, круговые движения стопами по часовой стрелке и против, вытягивая стопы к полу. Шаги - быговой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках, с носка на пятку, с пятки на носок	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
46.	10.02- 16.02		9.1.Развитие голеностопного сустава	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Шаги на внутренней и внешней стороне стопы. Плавный перекал с носка на пятку во время ходьбы, оттягивая носок ступни, с пятки на носок	Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
47.	10.02- 16.02		9.2.Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2	Беседа о важности укрепления осанки. Техника исполнения упражнений на гибкость корпуса		Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки

Раздел 11. Общефизическая подготовка 8ч (12 ч.)

48.	17.02- 23.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений		Учить контролировать свое поведение и эмоции на протяжении всего занятия	Ноутбук, колонки
49.	17.02- 23.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере	Учиться совместно с педагогом давать самооценку своей деятельности на занятии	Ноутбук, колонки
50.	24.02- 02.03		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере	Учиться совместно с педагогом давать самооценку своей деятельности на занятии	Ноутбук, колонки
51.	24.02- 02.03		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		«Морская звезда». «Морской конек». Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу. «Краб». «Кошечка», «Дуб», «Слоник». Упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног)	Учиться совместно с педагогом давать самооценку своей деятельности на занятии	Ноутбук, колонки
Раздел 9. Партерная гимнастика 4ч (12 ч)									
52.	03.03- 09.03		9.2.Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса. Наклоны корпуса вперед, назад в стороны с рукой и без рук, круговые движения. Планочка боковая	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
53.	03.03- 09.03		9.2.Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Упражнения «Кораблик», «Лодочка», «Дракон», «Рыбка», «Бабочка и тюльпан». Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка», «Корзиночка»	Учиться совместно с педагогом давать самооценку своей деятельности на занятии	Ноутбук, колонки
Раздел 8. Учебно-тренировочная работа 12ч. (18 ч.)									
54.	10.03- 16.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ о соединении элементов в связку, а связок в комбинацию и танец		Приобщение к танцевальному и музыкальному творчеству	Ноутбук, колонки

55.	10.03- 16.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку. Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку	Развивать интерес к деятельности, предусмотренной программой, учить самостоятельно и активно использовать сформированные танцевальные навыки	Ноутбук, колонки
56.	17.03- 23.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы	Приобщение к танцевальному и музыкальному творчеству	Ноутбук, колонки
57.	17.03- 23.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги»	Приобщение к танцевальному и музыкальному творчеству	Ноутбук, колонки
58.	24.03- 30.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Перестроения»	Развивать интерес к деятельности, предусмотренной программой, учить самостоятельно и активно использовать сформированные танцевальные навыки	Ноутбук, колонки
59.	24.03- 30.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы	Приобщение к танцевальному и музыкальному творчеству	Ноутбук, колонки
Раздел 11. Общефизическая подготовка 4ч (12 ч.)									
60.	31.03- 06.04		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения для развития гибкости спины «Ящерица», «Лодочка». «Змея». Прогибы спины на коленях, из положения стоя. Полушпагат, шпагат продольный. Шпагат поперечный. «Мостик». «Бабочка»	Развитие доброжелательного отношения ко всем участникам коллектива	Ноутбук, колонки

61.	31.03-06.04		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения для развития гибкости спины «Ящерица», «Лодочка». «Змея». Прогибы спины на коленях, из положения стоя. Полушпагат, шпагат продольный. Шпагат поперечный. «Мостик». «Бабочка»	Развитие доброжелательного отношения ко всем участникам коллектива	Ноутбук, колонки
Раздел 10. Постановочная работа 20 ч.									
62.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
63.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
64.	14.04-20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
65.	14.04-20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка II части танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
66.	21.04-27.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка II части танца	Формирование стойкого интереса к занятиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки
67.	21.04-27.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Отработка I и II частей танца	Формирование стойкого интереса к занятиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки
68.	28.04-04.05		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Отработка I и II частей танца	Формирование стойкого интереса к занятиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки

69.	28.04- 04.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Формирование стойкого интереса к занятиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки
70.	05.05- 11.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Формирование стойкого интереса к занятиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки
71.	05.05 - 11.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Формирование стойкого интереса к занятиям танцевального искусства	Ноутбук, колонки
Раздел 12. Итоговое занятие 2ч.									
72.	12.05 - 18.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения	Воспитание уверенности в себе	Ноутбук, колонки
				Всего:	144ч	28 ч	116 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
адаптированной дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы

«Ритм танца»,

авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Медведева М.А., Анненкова И.Г.

Направленность – художественная

Год обучения – 1 год

Возраст учащихся: 12 – 18 лет

Автор:
Севрюкова Мария Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем»

(Авторская адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм танца» (12-18 лет)

первый год обучения) 2024 – 2025 учебный год

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение 2 ч.									
1.	02.09-08.09		1.1. Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. групповое. Рассказ - Беседа	2	Правила внутреннего распорядка Дворца. Знакомство со сверстниками и окружающим пространством. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
Раздел 2. Развитие ориентации в пространстве 10 ч (14 ч)									
2.	02.09-08.09		2.1.Ориентировка «на себе», «от себя»	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Усвоение знаний о расположении частей собственного тела		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

3.	02.09-08.09		2.1.Ориентировка «на себе», «от себя»	Занятие сообщения новых знаний	2		Развитие зрительно-двигательной координации и различие основных групп направлений (вперед-назад, вверх-вниз, направо-налево). Повороты вправо, влево. Задание «Покажи направление» («Посмотри, что есть сверху?». «Что находится внизу?») / Какие предметы расположены справа от тебя, кто стоит слева от тебя). Игра «Передай мяч назад»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
4.	09.09-15.09		2.2.Ориентировка «от предмета»	Занятие сообщения новых знаний	2		Умение определять словом положение того или иного предмета по отношению к другому. Игра «Давай меняться», «Что изменилось?», «На плоту». Игровое упражнение «Далеко - близко» (Как ты думаешь, Маша сидит? (близко). Зеркало висит? Шкаф стоит? Коврики лежат? Колонка далеко? (далеко)).	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
5.	09.09-15.09		2.2.Ориентировка «от предмета»	Занятие сообщения новых знаний	2		Игровое упражнение «Высоко - низко» (Летит самолет: высоко или низко? /высоко, ребенок поднимает руки/. Коврик лежит на полу: высоко или низко? /низко, опускает руки)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
6.	09.09-15.09		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Положение прямо (анфас), полуоборот, профиль. Подскоки вперед и назад. Двигательный диктант (Сначала хлопни, затем топни, потом подними руки). Свободное размещение по залу, пары, тройки. Игровое упражнение «Выполни задание»..	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Развитие «мышечного чувства» 8 ч (14 ч)									
7.	16.09-22.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития чувствительности каждой части тела		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
8.	16.09-22.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Сгибание кистей вниз–вверх, отведение их вправо, влево, круговые вращения. Руки вытянуты в стороны на уровне плеч. Сгибание коленей, загибание стопы вниз–вверх, в стороны	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

9.	16.09-22.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Поднятие на полупальцы по I, II, III, VI позициям. Шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках. Движение рук - имитация «Полоскание». «Трясти кистями». «Стряхнуть воду с кистей»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
10.	23.09-29.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие – тренировка	2		«Стряхнуть воду с ног». «Ронять руки». Разведение рук в стороны с напряжением «растягивание резинки». Полуприседания по I, II, III позициям	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 2. Развитие ориентации в пространстве 4 ч. (14 ч)									
11.	23.09-29.09		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Игровое упражнение «Высоко - низко» (Летит самолет: высоко или низко? /высоко, ребенок поднимает руки/. Коврик лежит на полу: высоко или низко? /низко, опускает руки).	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
12.	23.09-29.09		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Игра «Давай меняться», «Что изменилось?», «На плоту». Игровое упражнение «Далеко - близко» (Как ты думаешь, Маша сидит? (близко). Зеркало висит? Шкаф стоит? Коврики лежат? Колонка далеко? (далеко)). Игровое упражнение «Высоко - низко»	Развитие мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Развитие «мышечного чувства» 6ч (14 ч.)									
13.	30.09—06.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Беседа о важности умения напрягать и расслаблять мышцы. Важность правильного дыхания. Держим внимание на ощущении напряжения и расслабления		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
14.	30.09—06.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Напряжение и расслабление мышц лица – щеки, губы, веки. Игра в сердилки. Глубоко зевнув, потянуться, подняв руки вверх и поднявшись на носочки, с выдохом расслабиться, опустить руки, наклонив голову вперед. Лежа на спине, руки вдоль туловища - с выдохом расслабиться	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

15.	30.09—06.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Стойка в полунаклоне, руки свободно опущены - повороты туловища влево-вправо, при этом руки, расслабленно раскачиваясь, должны слегка отставать от основного движения. Напряжение и расслабление мышц рук и ног, упражнения для ступней: подъёмы, отведение от себя, к себе. Напряжение и расслабление мышц шеи, плечевого пояса, корпуса, ног, живота. Менять степень напряжения мышц	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
-----	-------------	--	-------------------------------------	---	---	--	--	---	------------------

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения 10 ч.

16.	07.10-13.10		4.1.Танцевальные точки зала	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам			Ноутбук, колонки
17.	07.10-13.10		4.2.Работа с темпом и уровнем движения	Занятие сообщения новых знаний.	2		Освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Движение под музыку и перестроение в различных темпах, определение характера музыки словами. Умение согласовывать музыку с движением	Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
18.	07.10-13.10		4.2.Работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Исполнение танцевальных движений, шагов по правилам танцевальных точек зала. Ходьба на каждый счет и через счет с хлопками в ладоши. Хлопки в такт музыке	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
19.	14.10 -20.10		4.2.Работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги (притопами) или хлопком. Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка". Ходьба под марш.	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
20.	14.10 -20.10		4.3.Упражнения с мячом	Занятие -сообщение (изучения) новых знаний Занятие – тренировка	2		Работа с мячом по точкам зала. Передача мяча по кругу на сильную долю такта. Передача мяча в линии, в кругу, в колоннах. Темп (быстро, медленно, умеренно). Упражнения с мячом - удар о пол, согласуя движения с музыкой. Исполнение движений в различных темпах. Игры «Хлопай-топай» и др	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки

Раздел 5. Танцевальная азбука 12 ч. (26 ч)

21.	14.10- -20.10		5.1.Основные положения и движения корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных положениях и движениях корпуса. Понятие «Равновесие». Обучение правильному дыханию		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
22.	21.10- -27.10		5.1.Основные положения и движения корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Скрутка бедрами. Оттяжки бедрами и грудью. Круги бедрами и грудью. Волна руками. Движения плечами, грудной клеткой	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
23.	21.10- -27.10		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Танцевальный шаг назад (в медленном темпе). Шаг на полупальцах назад. Шаг с высоким подъемом колена вперед на полупыльцах. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
24.	21.10- -27.10		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом. Бег, вынося прямые ноги вперед. Выдвижение ноги: в сторону и вперед из III позиции; вперед и в сторону из III позиции в сочетании с полуприседанием	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
25.	28.10- -03.11		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Приставной шаг лицом, к центру круга, на каждом шаге четко приставлять пятку к пятке	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
26.	28.10- -03.11		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Шаг с высоким подъемом колена вперед на полупыльцах. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом. Бег, вынося прямые ноги вперед. Выдвижение ноги: в сторону и вперед из III позиции; вперед и в сторону из III позиции в сочетании с полуприседанием	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 6. Элементы классического танца 16 ч. (24 ч)

27.	28.10- -03.11		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций рук и ног. Выворотность стопы		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
28.	04.11- -10.11		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки

29.	04.11-10.11		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Изучение позиций ног: I, II, III. Работа стопой в положение «батман тандю». Выворотность бедра. Работа над выворотностью стопы и координацией движений	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
30.	04.11-10.11		6.2. Прыжки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Виды прыжков, их название. Правила опускания на стопу после прыжка. Понятие «Равновесие»		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
31.	11.11-17.11		6.2. Прыжки	Занятие – тренировка	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
32.	11.11-17.11		6.2. Прыжки	Занятие – тренировка	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
33.	11.11-17.11		6.3.Перегибы корпуса	Занятие– тренировка	2	Правила выполнения перегибов корпуса. Правильное дыхание		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
34.	18.11-24.11		6.3.Перегибы корпуса	Занятие– тренировка	2		Выполнение перегибов корпуса вперед, назад и в стороны. Понятие «ровной спины». Понятие «Внутренний стержень»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 7. Координация движения 14 ч									
35.	18.11-24.11		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Поднятие на полупалец на двух ногах – ноги на ширине плеч. Стойка на двух ногах – закрыть глаза. Стойка на одной ноге с открытыми, потом с закрытыми глазами	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
36.	18.11-24.11		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		Стойка на одной ноге с открытыми, потом с закрытыми глазами. Шаг по залу на полупальцах	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
37.	25.11-01.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		Наклоны корпуса из положения стоя – ноги на ширине плеч, потом ноги вместе. В положении лежа махи ногами, руками, круговые движения	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

38.	25.11-01.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		В положении лежа махи ногами, руками, круговые движения. Ходьба по ровной линии с поднятыми руками. Повороты вокруг собственной оси. «Ласточка».	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
39.	25.11-01.12		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Передвижение по полосе препятствий (с использованием реквизита – кубиков, резинок, мячей и др.)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
40.	02.12-08.12		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Работа в парах с мячом – перекачивание между партнерами. Удержание груза на голове (кубика) в положении стоя	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
41.	02.12-08.12		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Удержание груза на голове (кубика) в положении стоя. Игра —соревнование кто больше закинет мелких мячиков в корзину	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Танцевальная азбука 14 ч. (26 ч)									
42.	02.12-08.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Виды построений. Правила построений. Отличие линии от круга.		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
43.	09.12-15.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Виды построений. Правила построений. Отличие линии от круга.		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
44.	09.12-15.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Построения по линиям. Построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах. Перестроение из колонны в шеренгу и обратно. Построение в шахматном порядке, клин	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
45.	09.12-15.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Круг, сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
46.	16.12-22.12		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе обеими руками. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

47.	16.12- 22.12		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе обеими руками. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
48.	16.12- 22.12		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе обеими руками. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Учебно-тренировочная работа 10 ч. (28 ч.)

49.	23.12- 29.12		8.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе. Понятие о темпе, ритме, повторяемости		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
50.	23.12- 29.12		8.2. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
51.	23.12- 29.12		8.2. Работа руками	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
52.	30.12- 05.01		8.2. Работа руками	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
53.	30.12- 05.01		8.2. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

Раздел 6. Элементы классического танца 8 ч. (24 ч)

54.	30.12- 05.01		6.4. Работа с хореографическими комбинациями	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Элементы, из которых можно формировать комбинации, их сочетание		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
-----	--------------	--	--	---	---	---	--	---	------------------

55.	06.01-12.01		6.4. Работа с хореографическими комбинациями	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Работа над постановкой корпуса	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
56.	06.01-12.01		6.4. Работа с хореографическими комбинациями	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Работа над постановкой корпуса	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
57.	06.01-12.01		6.2. Прыжки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 9. Партерная гимнастика 10 ч. (22 ч)

58.	13.01-19.01		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о важности развития выворотности и укрепления голеностопного сустава		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
59.	13.01-19.01		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие – тренировка	2		Лежа на спине, круговые движения стопами по часовой стрелке и против, вытягивая стопы к полу. Шаги - бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках, с носка на пятку, с пятки на носок	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
60.	13.01-19.01		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Плавный перекат с носка на пятку во время ходьбы, оттягивая носок ступни, с пятки на носок	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
61.	20.01-26.01		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о важности укрепления осанки. Техника исполнения упражнений на гибкость корпуса		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
62.	20.01-26.01		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса. Наклоны корпуса вперед, назад в стороны с рукой и без рук, круговые движения	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

Раздел 11. Общефизическая подготовка 12 ч (20 ч.)

63.	20.01-26.01		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
64.	27.01-02.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений		Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
65.	27.01-02.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере		Ноутбук, колонки
66.	27.01-02.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног). «Краб». «Кошечка»		Ноутбук, колонки
67.	03.02-09.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу. Упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног).		Ноутбук, колонки
68.	03.02-09.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере. «Морская звезда». «Морской конек». Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
Раздел 9. Партерная гимнастика 12 ч. (22 ч)									
69.	03.02-09.02		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие – тренировка	2		Лежа на спине, круговые движения стопами по часовой стрелке и против, вытягивая стопы к полу. Шаги - бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках, с носка на пятку, с пятки на носок	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

70.	10.02-16.02		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие – тренировка	2		Шаги - бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках, с носка на пятку, с пятки на носок. Шаги на внутренней и внешней стороне стопы	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
71.	10.02-16.02		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие – тренировка	2		Шаги на внутренней и внешней стороне стопы. Плавный пережат с носка на пятку во время ходьбы, оттягивая носок ступни, с пятки на носок	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
72.	10.02-16.02		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Планочка боковая. Упражнения «Кораблик», «Лодочка», «Дракон», «Рыбка», «Бабочка и тюльпан». Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок»		Ноутбук, колонки
73.	17.02-23.02		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса. Наклоны корпуса вперед, назад в стороны с рукой и без рук, круговые движения. Планочка боковая	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
74.	17.02-23.02		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		«Лодочка», «Дракон», «Рыбка», «Бабочка и тюльпан». Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка», «Корзиночка». Мостик.	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Учебно-тренировочная работа 18 ч. (28 ч.)

75.	17.02-23.02		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ о соединении элементов в связку, а связок в комбинацию и танец		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
76.	24.02-02.03		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ о соединении элементов в связку, а связок в комбинацию и танец		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
77.	24.02-02.03		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие – тренировка	2		Ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку. Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
78.	24.02-02.03		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие – тренировка	2		Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки

79.	03.03-09.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Перестроения».		Ноутбук, колонки
80.	03.03-09.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы		Ноутбук, колонки
81.	03.03-09.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку. Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку		Ноутбук, колонки
82.	10.03-16.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Перестроения»	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
83.	10.03-16.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Перестроения»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

Раздел 11. Общефизическая подготовка 8 ч (20 ч.)

84.	10.03-16.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения для развития гибкости спины «Ящерица», «Лодочка». «Змея»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
85.	17.03-23.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Прогибы спины на коленях, из положения стоя. Полушпагат, шпагат продольный	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
86.	17.03-23.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Шпагат поперечный. «Мостик». «Бабочка».	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
87.	17.03-23.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Полушпагат, шпагат продольный. Шпагат поперечный. «Мостик». «Бабочка».	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 10. Постановочная работа 36 ч.

88.	24.03-30.03		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
89.	24.03-30.03		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
90.	24.03-30.03		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
91.	31.03-06.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
92.	31.03-06.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
93.	31.03-06.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка II части танца	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
94.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
95.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка II части танца	Воспитание трудолюбия	
96.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
97.	14.04-20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
98.	14.04-20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки

99.	14.04 - 20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
100.	21.04 - 27.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
101.	21.04 - 27.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
102.	21.04- 27.04		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
103.	28.04- 04.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
104.	28.04- 04.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
105.	28.04- 04.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
Раздел 12 Импровизация 4 ч.									
106.	05.05 - 11.05		12.1.Индивидуальное исполнение движений и связок	Занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений в соответствии с характером музыки	Воспитание уверенности в себе	Ноутбук, колонки
107.	05.05 - 11.05		12.1.Индивидуальное исполнение движений и связок	Занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений в соответствии с характером музыки	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 13. Итоговое занятие 2 ч.									
108.	05.05 - 11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения	Воспитание уверенности в себе	Ноутбук, колонки
				Всего:	216ч	42 ч	174 ч.		

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДТ
С.В.Андреев
«30» августа 2024 г.
Приказ № 275

Рабочая программа, разработанная на основе авторской
адаптированной дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Ритм танца»,
авторы Севрюкова М.А., Филатова И.С., Попова Т.О.,
Головинский А.В., Медведева М.А., Анненкова И.Г.

Направленность – художественная
Год обучения – 1 год
Возраст учащихся: 12 – 18 лет

Автор:
Головинский Артём Владимирович,
педагог дополнительного образования

г. Белгород 2024

Календарно-тематический план детского объединения «Школа танца «Эдем»

(Авторская адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм танца» (12-18 лет)

первый год обучения) 2024 – 2025 учебный год

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол-во часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение
	Предполагаемые	фактические				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности		
Раздел 1. Введение 2 ч.									
1.	02.09-08.09		1.1. Вводное занятие	Занятие сообщения новых знаний. групповое. Рассказ - Беседа	2	Правила внутреннего распорядка Дворца. Знакомство со сверстниками и окружающим пространством. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по технике безопасности		Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
Раздел 2. Развитие ориентации в пространстве 10 ч (14 ч)									
2.	02.09-08.09		2.1.Ориентировка «на себе», «от себя»	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Усвоение знаний о расположении частей собственного тела		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

3.	02.09-08.09		2.1.Ориентировка «на себе», «от себя»	Занятие сообщения новых знаний	2		Развитие зрительно-двигательной координации и различие основных групп направлений (вперед-назад, вверх-вниз, направо-налево). Повороты вправо, влево. Задание «Покажи направление» («Посмотри, что есть сверху?». «Что находится внизу?») / Какие предметы расположены справа от тебя, кто стоит слева от тебя). Игра «Передай мяч назад»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
4.	09.09-15.09		2.2.Ориентировка «от предмета»	Занятие сообщения новых знаний	2		Умение определять словом положение того или иного предмета по отношению к другому. Игра «Давай меняться», «Что изменилось?», «На плоту». Игровое упражнение «Далеко - близко» (Как ты думаешь, Маша сидит? (близко). Зеркало висит? Шкаф стоит? Коврики лежат? Колонка далеко? (далеко)).	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
5.	09.09-15.09		2.2.Ориентировка «от предмета»	Занятие сообщения новых знаний	2		Игровое упражнение «Высоко - низко» (Летит самолет: высоко или низко? /высоко, ребенок поднимает руки/. Коврик лежит на полу: высоко или низко? /низко, опускает руки)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
6.	09.09-15.09		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Положение прямо (анфас), полуоборот, профиль. Подскоки вперед и назад. Двигательный диктант (Сначала хлопни, затем топни, потом подними руки). Свободное размещение по залу, пары, тройки. Игровое упражнение «Выполни задание»..	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Развитие «мышечного чувства» 8 ч (14 ч)									
7.	16.09-22.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Беседа о важности развития чувствительности каждой части тела		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
8.	16.09-22.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Сгибание кистей вниз–вверх, отведение их вправо, влево, круговые вращения. Руки вытянуты в стороны на уровне плеч. Сгибание коленей, загибание стопы вниз–вверх, в стороны	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

9.	16.09-22.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Поднятие на полупальцы по I, II, III, VI позициям. Шаги: бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках. Движение рук - имитация «Полоскание». «Трясти кистями». «Стряхнуть воду с кистей»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
10.	23.09-29.09		3.1.Работа с отдельными частями тела	Занятие – тренировка	2		«Стряхнуть воду с ног». «Ронять руки». Разведение рук в стороны с напряжением «растягивание резинки». Полуприседания по I, II, III позициям	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
Раздел 2. Развитие ориентации в пространстве 4 ч. (14 ч)									
11.	23.09-29.09		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Игровое упражнение «Высоко - низко» (Летит самолет: высоко или низко? /высоко, ребенок поднимает руки/. Коврик лежит на полу: высоко или низко? /низко, опускает руки).	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
12.	23.09-29.09		2.3.Ориентировка в пространстве в движении	Занятие сообщения новых знаний.	2		Игра «Давай меняться», «Что изменилось?», «На плоту». Игровое упражнение «Далеко - близко» (Как ты думаешь, Маша сидит? (близко). Зеркало висит? Шкаф стоит? Коврики лежат? Колонка далеко? (далеко)). Игровое упражнение «Высоко - низко»	Развитие мотивации к учебной деятельности	Ноутбук, колонки
Раздел 3. Развитие «мышечного чувства» 6ч (14 ч.)									
13.	30.09—06.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2	Беседа о важности умения напрягать и расслаблять мышцы. Важность правильного дыхания. Держим внимание на ощущении напряжения и расслабления		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
14.	30.09—06.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Напряжение и расслабление мышц лица – щеки, губы, веки. Игра в сердилки. Глубоко зевнув, потянуться, подняв руки вверх и поднявшись на носочки, с выдохом расслабиться, опустить руки, наклонив голову вперед. Лежа на спине, руки вдоль туловища - с выдохом расслабиться	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

15.	30.09—06.10		3.2. Напряжение и расслабление мышц	Занятие-показ, групповое, интегрированное	2		Стойка в полунаклоне, руки свободно опущены - повороты туловища влево-вправо, при этом руки, расслабленно раскачиваясь, должны слегка отставать от основного движения. Напряжение и расслабление мышц рук и ног, упражнения для ступней: подъёмы, отведение от себя, к себе. Напряжение и расслабление мышц шеи, плечевого пояса, корпуса, ног, живота. Менять степень напряжения мышц	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
-----	-------------	--	-------------------------------------	---	---	--	--	---	------------------

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения 10 ч.

16.	07.10-13.10		4.1.Танцевальные точки зала	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам			Ноутбук, колонки
17.	07.10-13.10		4.2.Работа с темпом и уровнем движения	Занятие сообщения новых знаний.	2		Освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Движение под музыку и перестроение в различных темпах, определение характера музыки словами. Умение согласовывать музыку с движением	Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
18.	07.10-13.10		4.2.Работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Исполнение танцевальных движений, шагов по правилам танцевальных точек зала. Ходьба на каждый счет и через счет с хлопками в ладоши. Хлопки в такт музыке	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
19.	14.10-20.10		4.2.Работа с темпом и уровнем движения	Занятие – тренировка	2		Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги (притопами) или хлопком. Игра «Самолеты и бабочки». Упражнения “быстро - медленно”, "Три поросенка". Ходьба под марш.	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
20.	14.10-20.10		4.3.Упражнения с мячом	Занятие -сообщение (изучения) новых знаний Занятие – тренировка	2		Работа с мячом по точкам зала. Передача мяча по кругу на сильную долю такта. Передача мяча в линии, в кругу, в колоннах. Темп (быстро, медленно, умеренно). Упражнения с мячом - удар о пол, согласуя движения с музыкой. Исполнение движений в различных темпах. Игры «Хлопай-топай» и др	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки

Раздел 5. Танцевальная азбука 12 ч. (26 ч)

21.	14.10- -20.10		5.1.Основные положения и движения корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2	Рассказ об основных положениях и движениях корпуса. Понятие «Равновесие». Обучение правильному дыханию		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
22.	21.10- -27.10		5.1.Основные положения и движения корпуса	Занятие сообщения новых знаний. Занятие – дискуссия	2		Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Скрутка бедрами. Оттяжки бедрами и грудью. Круги бедрами и грудью. Волна руками. Движения плечами, грудной клеткой	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
23.	21.10- -27.10		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Танцевальный шаг назад (в медленном темпе). Шаг на полупальцах назад. Шаг с высоким подъемом колена вперед на полупыльцах. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
24.	21.10- -27.10		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом. Бег, вынося прямые ноги вперед. Выдвижение ноги: в сторону и вперед из III позиции; вперед и в сторону из III позиции в сочетании с полуприседанием	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
25.	28.10- -03.11		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Приставной шаг лицом, к центру круга, на каждом шаге четко приставлять пятку к пятке	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
26.	28.10- -03.11		5.2. Шаги	Занятие– тренировка	2		Шаг с высоким подъемом колена вперед на полупыльцах. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестом. Бег, вынося прямые ноги вперед. Выдвижение ноги: в сторону и вперед из III позиции; вперед и в сторону из III позиции в сочетании с полуприседанием	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 6. Элементы классического танца 16 ч. (24 ч)

27.	28.10- -03.11		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2	Разучивание основных позиций рук и ног. Выворотность стопы		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
28.	04.11- -10.11		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки

29.	04.11-10.11		6.1. Позиции рук и ног. Понятие выворотности	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Изучение позиций ног: I, II, III. Работа стопой в положение «батман тандю». Выворотность бедра. Работа над выворотностью стопы и координацией движений	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
30.	04.11-10.11		6.2. Прыжки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний.	2	Виды прыжков, их название. Правила опускания на стопу после прыжка. Понятие «Равновесие»		Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
31.	11.11-17.11		6.2. Прыжки	Занятие – тренировка	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
32.	11.11-17.11		6.2. Прыжки	Занятие – тренировка	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
33.	11.11-17.11		6.3.Перегибы корпуса	Занятие– тренировка	2	Правила выполнения перегибов корпуса. Правильное дыхание		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
34.	18.11-24.11		6.3.Перегибы корпуса	Занятие– тренировка	2		Выполнение перегибов корпуса вперед, назад и в стороны. Понятие «ровной спины». Понятие «Внутренний стержень»	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
Раздел 7. Координация движения 14 ч									
35.	18.11-24.11		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Поднятие на полупалец на двух ногах – ноги на ширине плеч. Стойка на двух ногах – закрыть глаза. Стойка на одной ноге с открытыми, потом с закрытыми глазами	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
36.	18.11-24.11		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		Стойка на одной ноге с открытыми, потом с закрытыми глазами. Шаг по залу на полупальцах	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
37.	25.11-01.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		Наклоны корпуса из положения стоя – ноги на ширине плеч, потом ноги вместе. В положении лежа махи ногами, руками, круговые движения	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

38.	25.11-01.12		7.1.Упражнения на координацию движения	Занятие– тренировка	2		В положении лежа махи ногами, руками, круговые движения. Ходьба по ровной линии с поднятыми руками. Повороты вокруг собственной оси. «Ласточка».	Воспитание стремления к развитию	Ноутбук, колонки
39.	25.11-01.12		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Передвижение по полосе препятствий (с использованием реквизита – кубиков, резинок, мячей и др.)	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
40.	02.12-08.12		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Работа в парах с мячом – перекатывание между партнерами. Удержание груза на голове (кубика) в положении стоя	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
41.	02.12-08.12		7.2.Упражнения с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Удержание груза на голове (кубика) в положении стоя. Игра —соревнование кто больше закинет мелких мячиков в корзину	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 5. Танцевальная азбука 14 ч. (26 ч)									
42.	02.12-08.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Виды построений. Правила построений. Отличие линии от круга.		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
43.	09.12-15.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Виды построений. Правила построений. Отличие линии от круга.		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
44.	09.12-15.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Построения по линиям. Построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах. Перестроение из колонны в шеренгу и обратно. Построение в шахматном порядке, клин	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
45.	09.12-15.12		5.3. Перестроения	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Круг, сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
46.	16.12-22.12		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе обеими руками. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

47.	16.12- 22.12		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе обеими руками. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
48.	16.12- 22.12		5.4. Работа с реквизитом	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения с лентами. Бег с лентами. Выполнение фигур в воздухе обеими руками. Махи и круги; восьмерки; змейки; спирали; броски	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Учебно-тренировочная работа 10 ч. (28 ч.)

49.	23.12- 29.12		8.1. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе. Понятие о темпе, ритме, повторяемости		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
50.	23.12- 29.12		8.2. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
51.	23.12- 29.12		8.2. Работа руками	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
52.	30.12- 05.01		8.2. Работа руками	Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
53.	30.12- 05.01		8.2. Работа руками	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. Занятие – тренировка	2		Правила работы руками одновременно с работой головой, одновременно с выполнением танцевальных шагов. Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

Раздел 6. Элементы классического танца 8 ч. (24 ч)

54.	30.12- 05.01		6.4. Работа с хореографическими комбинациями	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Элементы, из которых можно формировать комбинации, их сочетание		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
-----	--------------	--	--	---	---	---	--	---	------------------

55.	06.01-12.01		6.4. Работа с хореографическими комбинациями	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Работа над постановкой корпуса	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
56.	06.01-12.01		6.4. Работа с хореографическими комбинациями	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Работа над постановкой корпуса	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
57.	06.01-12.01		6.2. Прыжки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Выполнение прыжков у станка. Последовательность опускания на стопу после прыжка	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 9. Партерная гимнастика 10 ч. (22 ч)

58.	13.01-19.01		9.1.Развитие голеностопного сустава	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о важности развития выворотности и укрепления голеностопного сустава		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
59.	13.01-19.01		9.1.Развитие голеностопного сустава	Занятие– тренировка	2		Лежа на спине, круговые движения стопами по часовой стрелке и против, вытягивая стопы к полу. Шаги - бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках, с носка на пятку, с пятки на носок	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
60.	13.01-19.01		9.1.Развитие голеностопного сустава	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Плавный пережат с носка на пятку во время ходьбы, оттягивая носок ступни, с пятки на носок	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
61.	20.01-26.01		9.2.Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о важности укрепления осанки. Техника исполнения упражнений на гибкость корпуса		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
62.	20.01-26.01		9.2.Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие сообщения (изучения) новых знаний. занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса. Наклоны корпуса вперед, назад в стороны с рукой и без рук, круговые движения	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

Раздел 11. Общефизическая подготовка 12 ч (20 ч.)

63.	20.01-26.01		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений		Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
64.	27.01-02.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясницы), о правильном дыхании во время упражнений		Воспитание ответственности	Ноутбук, колонки
65.	27.01-02.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере		Ноутбук, колонки
66.	27.01-02.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног). «Краб». «Кошечка»		Ноутбук, колонки
67.	03.02-09.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу. Упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног).		Ноутбук, колонки
68.	03.02-09.02		11.1.Упражнения лежа и сидя на полу	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания во время выполнения упражнений в партере. «Морская звезда». «Морской конек». Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу	Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
Раздел 9. Партерная гимнастика 12 ч. (22 ч)									
69.	03.02-09.02		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие – тренировка	2		Лежа на спине, круговые движения стопами по часовой стрелке и против, вытягивая стопы к полу. Шаги - бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках, с носка на пятку, с пятки на носок	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

70.	10.02-16.02		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие – тренировка	2		Шаги - бытовой, танцевальный, шаги на полупальцах, на пятках, с носка на пятку, с пятки на носок. Шаги на внутренней и внешней стороне стопы	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
71.	10.02-16.02		9.1. Развитие голеностопного сустава	Занятие – тренировка	2		Шаги на внутренней и внешней стороне стопы. Плавный пережат с носка на пятку во время ходьбы, оттягивая носок ступни, с пятки на носок	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
72.	10.02-16.02		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Планочка боковая. Упражнения «Кораблик», «Лодочка», «Дракон», «Рыбка», «Бабочка и тюльпан». Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок»		Ноутбук, колонки
73.	17.02-23.02		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		Упражнения на гибкость корпуса. Наклоны корпуса вперед, назад в стороны с рукой и без рук, круговые движения. Планочка боковая	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
74.	17.02-23.02		9.2. Развитие боковых мышц и укрепление осанки	Занятие – тренировка	2		«Лодочка», «Дракон», «Рыбка», «Бабочка и тюльпан». Выполнение упражнений «Кольцо», «Уголок», «Складочка», «Корзиночка». Мостик.	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки

Раздел 8. Учебно-тренировочная работа 18 ч. (28 ч.)

75.	17.02-23.02		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ о соединении элементов в связку, а связок в комбинацию и танец		Воспитание интереса к танцевальному искусству	Ноутбук, колонки
76.	24.02-02.03		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ о соединении элементов в связку, а связок в комбинацию и танец		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
77.	24.02-02.03		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие – тренировка	2		Ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку. Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
78.	24.02-02.03		8.3. Танцевальные комбинации	Занятие – тренировка	2		Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки

79.	03.03-09.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Перестроения».		Ноутбук, колонки
80.	03.03-09.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы		Ноутбук, колонки
81.	03.03-09.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку. Соединение нескольких элементов в танцевальные комбинации без музыки и под музыку		Ноутбук, колонки
82.	10.03-16.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Перестроения»	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
83.	10.03-16.03		8.3.Танцевальные комбинации	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Шаги», «Перестроения»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки

Раздел 11. Общефизическая подготовка 8 ч (20 ч.)

84.	10.03-16.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Упражнения для развития гибкости спины «Ящерица», «Лодочка». «Змея»	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
85.	17.03-23.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Прогибы спины на коленях, из положения стоя. Полушпагат, шпагат продольный	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
86.	17.03-23.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Шпагат поперечный. «Мостик». «Бабочка».	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
87.	17.03-23.03		11.2.Понятие «Растяжка»	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Полушпагат, шпагат продольный. Шпагат поперечный. «Мостик». «Бабочка».	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки

Раздел 10. Постановочная работа 36 ч.

88.	24.03-30.03		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
89.	24.03-30.03		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2	Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец		Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
90.	24.03-30.03		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
91.	31.03-06.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
92.	31.03-06.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка I части танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
93.	31.03-06.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка II части танца	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
94.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Разучивание и отработка II части танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
95.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие сообщения (изучения) новых знаний	2		Разучивание и отработка II части танца	Воспитание трудолюбия	
96.	07.04-13.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
97.	14.04-20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание интереса к хореографическому искусству	Ноутбук, колонки
98.	14.04-20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки

99.	14.04 - 20.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
100.	21.04 - 27.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
101.	21.04 - 27.04		10.1.Работа над танцем	Занятие– тренировка	2		Отработка I и II частей танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
102.	21.04- 27.04		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
103.	28.04- 04.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
104.	28.04- 04.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание трудолюбия	Ноутбук, колонки
105.	28.04- 04.05		10.2.Индивидуальная работа	Занятие – тренировка	2		Индивидуальное исполнение элементов и связок танца в игровой форме. Индивидуальное исполнение всего танца	Воспитание упорства	Ноутбук, колонки
Раздел 12 Импровизация 4 ч.									
106.	05.05 - 11.05		12.1.Индивидуальное исполнение движений и связок	Занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений в соответствии с характером музыки	Воспитание уверенности в себе	Ноутбук, колонки
107.	05.05 - 11.05		12.1.Индивидуальное исполнение движений и связок	Занятие – тренировка	2		Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений в соответствии с характером музыки	Воспитание сценической культуры	Ноутбук, колонки
Раздел 13. Итоговое занятие 2 ч.									
108.	05.05 - 11.05		Итоговое занятие	Контрольное занятие	2		Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения	Воспитание уверенности в себе	Ноутбук, колонки
				Всего:	216ч	42 ч	174 ч.		