

Отдел образования и культуры администрации муниципального образования
ГО ЗАТО Комаровский Оренбургской области
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр «Ровесник»

РАССМОТРЕНО И СОГЛАСОВАНО

решением педагогического Совета
МБУ ДО Центр «Ровесник»
Протокол № 1 от «08» сентября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО Центр «Ровесник»
_____ О.В.Пахомова
Приказ № 31-О от «08» сентября 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

«ПЕРВЫЕ ШАГИ»

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

(СТУДИЯ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА «D-STUDIO»)

УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ - разноуровневый
ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ - 4-15 лет
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ - 1 год

Автор: Педагог дополнительного образования
МБУ ДО Центр «Ровесник»
Малкина
Дарья
Вячеславовна

ЗАТО Комаровский
2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

№	Раздел	Стр.
I.	Комплекс основных характеристик программы	4
1.1	Пояснительная записка	4
1.1.1	Направленность (профиль) программы	4
1.1.2	Актуальность программы	4-6
1.1.3	Отличительные особенности программы	6
1.1.4	Адресат программы	6-8
1.1.5	Объем и срок освоения программы	8
1.1.6	Формы обучения	8
1.1.7	Особенности организации образовательного процесса	8-9
1.1.8	Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий	9
1.2	Цель и задачи программы	9-10
1.3	Содержание программы	10
1.3.1	Учебный план	10-26
1.3.2	Содержание учебного плана	26-52
1.4	Планируемые результаты	52
1.4.1	Личностные результаты	52
1.4.2	Предметные результаты	52-53
II.	Комплекс организационно-педагогических условий	55
2.1	Календарный учебный график	55-110
2.2	Условия реализации программы	110
2.2.1	Материально-техническое обеспечение	110
2.3	Формы аттестации	110
2.3.1	Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	110-111
2.3.2	Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов	111
2.4	Методические материалы	111
2.5	Дистанционное обучение	112-113
2.5	Список литературы	113

I. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Духовно-нравственное развитие детей и молодёжи, подготовка их к самостоятельной жизни есть важнейшая составляющая развития общества и государства. Определение конкретных целей и задач воспитания, моделирование единого воспитательного пространства в целях обеспечения самоопределения личности, создание условий для её самореализации; взаимодействие семьи и педагогических коллективов образовательных учреждений составляют основу такой политики.

Формирование духовно-нравственной культуры, гордости за свой народ – одна из проблем в воспитании современной молодёжи. Решение этой проблемы возможно через приобщение детей к знаниям о своём народе, его прошлом, его культуре, обычаях, традициях.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания самосознания учащихся. Получение сведений о танцах разных народов мира знакомит детей с особенностями своей культуры и расширяет кругозор знаний о мире. Каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Танец, волнуя исполнителей, вызывая яркие эмоциональные переживания, формирует способность чувствовать, сопереживать, проявлять своё отношение к происходящему. Всё это создаёт необходимые условия для воспитания нравственных качеств личности ребёнка.

1.1.1 Направленность дополнительной образовательной программы

Программа дополнительного образования хореографической студии «D-studio» разработана в соответствии с особенностями ее функционирования на базе МБУ ДО Центр «Ровесник» с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Направленность программы – художественная.

Программа предполагает изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

1.1.2 Актуальность программы

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития

мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Предлагаемая Программа ориентирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

1.1.3 Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

1.1.4 Адресат программы. Возрастные особенности к программам

Дошкольный возраст (от 3 до 7 лет), вносит большой вклад в развитие ребенка. Именно в этот период происходит становление основных личностных механизмов и образований. Развиваются тесно связанные друг с другом эмоциональная и мотивационная сферы, формируется самосознание.

Новообразованиями дошкольного возраста являются воображение и наглядно-образное мышление.

Основное направление умственного развития детей дошкольного возраста связано с уровнем сформированности действий перцептивной аналитико-синтетической деятельности (способность мысленно расчленять видимый предмет на части, затем объединять в единое целое).

У детей младшего дошкольного возраста доминирует произвольная зрительно-эмоциональная память, к пяти годам начинает формироваться произвольная память.

Совместная деятельность с взрослыми сменяется самостоятельно выполняемыми действиями в соответствии с указаниями взрослого. Впервые становится возможным систематическое обучение ребенка по определенной программе.

С точки зрения формирования ребенка как личности весь дошкольный возраст можно разделить на три части: 3-4 года - укрепление эмоциональной саморегуляции, 4- 5 лет - нравственная саморегуляция, а 6-7 лет - формирование деловых личностных качеств ребенка.

Ведущий вид деятельности дошкольника – это игра, поэтому обучение происходит в игровой форме.

В этот период начинает складываться индивидуальная мотивационная система ребенка, появляются мотивы достижения успеха, соревнования, соперничества.

Ближе к 7 годам у ребенка формируется **внутренняя позиция школьника**, т.е. появляется желание учиться, мотивы иерархизуются.

Итогом дошкольного детства является формирование психологической готовности к школьному обучению, включая различные аспекты: физический, мотивационный, интеллектуальный, эмоционально-волевой.

Младший школьный возраст (с 1 по 4 класс, возраст с 6-7 до 9-10л.)

В этот период происходит физическое и психофизиологическое развитие ребенка, причем физический рост опережает нервно-психическое развитие, что проявляется в повышенной утомляемости, беспокойстве, повышенной требовательности в движениях.

Ведущей в младшем школьном возрасте становится учебная деятельность, под влиянием которой формируются основные новообразования этого возраста: **способность к действиям во внутреннем и умственном плане или планирование про себя, умение анализировать и рефлексия** (т.е анализ собственных действий).

Происходят существенные изменения во всех познавательных процессах: мышлении, памяти, внимании. Мышление от наглядно-образного развивается к словесно-логическому, память и внимание от произвольного к сознательно регулируемому и опосредованному.

Важным фактором, влияющим на успешность обучения является мотивационная составляющая, причем мотивация более сильная у первоклассников, к концу младшего школьного возраста может снизиться. Основным мотивом, доминирующим в этом возрасте является мотив достижения успеха.

В начале младшего школьного возраста еще недостаточно развиты самосознание и самооценка, умение найти место в коллективе. К концу возраста возникают коллективные связи, формируется взаимная оценка, требовательность.

Безусловный авторитет взрослого постепенно утрачивается и к концу младшего школьного возраста все большее значение для ребенка начинают приобретать сверстники.

В личности младшего школьника происходит появление произвольного поведения, формируются нравственные мотивы, способность оценивать свои поступки с точки зрения его результатов и тем самым изменить свое поведение.

Именно в этом возрасте ребенок переживает свою уникальность, он осознает себя личностью, стремится к совершенству. Это находит свое отражение во всех сферах жизни ребенка, в том числе и во взаимоотношениях со сверстниками. Дети находят новые групповые формы активности, занятий. Ребенок в этом возрасте очень сильно подвержен внешнему влиянию. Именно благодаря этому он впитывает в себя знания как интеллектуальные, так и нравственные.

1.1.4 Адресат программы.

Программа предназначена для обучения детей 4–15 лет.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала, многопредметностью;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

1.1.5 Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на один год обучения и реализуется в объеме 204 часов.

1.1.6 Формы обучения.

Программа реализуется в очной форме, заочной, смешанной, электронное обучение с применением дистанционных технологий

1.1.7 Особенности организации образовательного процесса.

Занятия проводятся в группах одного возраста.

Основными формами образовательного процесса являются:

- практико-ориентированные учебные занятия;
- творческие мастерские;
- тематические праздники, конкурсы, выставки;
- совместные выставки детей и родителей;

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (воспитаннику дается самостоятельное задание с учетом его возможностей);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или отработке определенного технологического приема);
- групповая (разделение на мини группы для выполнения определенной работы);
- коллективная (выполнение работы для подготовки к выставкам и мероприятиям).

Процесс обучения строится по типу народной мастерской: мастер-подмастерье. Позиция педагога – это позиция консультанта и советчика, помогающего осмыслить наличие и продвижение в освоении способов работы, а не только знаний.

Основной формой организации образовательного процесса является **ГРУППОВОЕ ЗАНЯТИЕ**.

Типы занятий различны – это собственно само занятие, например, по получению новых знаний; занятие по отработке умений и навыков; занятие по обобщению и систематизации знаний и т. д, но чаще всего это комбинированные занятия, личностно-ориентированные на каждого ребенка.

Очередность прохождения разделов программы может быть различна для каждого обучающегося, в зависимости от его материального обеспечения (наличия необходимых материалов для каждого раздела), и его склонностей (приоритет в соответствии с интересом учащегося к определенному виду прикладной деятельности).

Помимо традиционных типов занятий используются и нетрадиционные: занятие-игра, занятие-экскурсия, занятие-викторина. Итоговое занятие – выставка работ.

1.1.8 Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Занятия учебных групп проводятся:

Общее количество часов в год: 1224 часа.

Общее количество часов в неделю: 36 часов.

Периодичность и продолжительность занятий: занятия учебных групп проводятся два раза в неделю по три занятия или три раза в неделю по два занятия, продолжительностью от 30 до 45 мин с перерывами 10 минут.

1.2 Цель и задачи программы.

Формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Задачи программы:

Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе,
- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Принципы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

1.3 Содержание программы.

1.3.1 Учебный план.

Группа «Малышок»

№, П/П	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля и/или аттестации
		всего	теория	практика		
I.	Введение в образовательную программу	1	-	1	Групповые	Практикум

II.	Знакомство с азбукой ритмики	20	-	20	Групповые	Практикум
2.1	«Музыка и танец»	1	-	1	Групповые	Практикум
2.2	«От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	5	-	5	Групповые	Практикум
2.3	Музыкально-танцевальные игры	5		5	Групповые	Практикум
2.4	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	8		8	Групповые	Практикум
2.5	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
III	Партерная гимнастика	26	-	26	Групповые	Практикум
3.1	Основы образно-игровой партерной гимнастики	6	-	6	Групповые	Практикум
3.2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	10	-	10	Групповые	Практикум
3.3	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, сточка на лопатках	10	1	9	Групповые	Практикум
IV	Азбука классического танца	17	-	17	Групповые	Практикум
4.1	Подготовительный комплекс на ковриках	8	-	8	Групповые	Практикум

4.2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	9	1	8	Групповые	Практикум
V	Русский народный танец	15	-	15	Групповые	Практикум
5.1	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	7	1	6	Групповые	Практикум
5.2	Простые элементы народного танца	8	-	8	Групповые	Практикум
VI	Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).	21	-	21	Групповые	Практикум
6.1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.3	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.4	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	3	-	3	Групповые	Практикум

6.6	Упражнения, развивающие выворотность ног.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.7	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	3	-	3	Групповые	Практикум
VII	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)	19		19	Групповые	Практикум
7.1	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	5		5	Групповые	Практикум
7.2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	5		5	Групповые	Практикум
7.3	Упражнения на развитие поясничного пояса.	5		5	Групповые	Практикум
7.4	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	4		4	Групповые	Практикум
VII I	Танец	35		35	Групповые	Практикум
8.1	Теория дисциплины.	1		1	Групповые	Практикум
8.2	Ориентационно-пространственные упражнения .	15		15	Групповые	Практикум
8.3	Танцевальные элементы.	7		7	Групповые	Практикум
8.4	Танцевальные шаги, бег,	7		7	Групповые	Практикум

	прыжки, подскоки					
8.5	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	5		5	Групповые	Практикум
IX	Изучение танца	49		49	Групповые	Практикум
X	Итоговое занятие за год	1	-	1	Групповые	Зачет
	ИТОГО:	204	-	204		

Группа «Пуговики»

№	Название разделов и тем	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля и/или аттестации
		Всего	Теория	Практика		
I	Введение в образовательную программу	1	-	1	Групповые	Практикум
II	Знакомство с азбукой ритмики	20	-	20	Групповые	Практикум
2.1	«Музыка и танец»	1	-	1	Групповые	Практикум
2.2	«От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	5	-	5	Групповые	Практикум
2.3	Музыкально-танцевальные игры	5		5	Групповые	Практикум
2.4	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	8		8	Групповые	Практикум
2.5	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум

III	Партерная гимнастика	26	-	26	Групповые	Практикум
3.1	Основы образно-игровой партерной гимнастики	6	-	6	Групповые	Практикум
3.2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	10	-	10	Групповые	Практикум
3.3	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	10	1	9	Групповые	Практикум
IV	Азбука классического танца	17	-	17	Групповые	Практикум
4.1	Подготовительный комплекс на ковриках	8	-	8	Групповые	Практикум
4.2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	9	1	8	Групповые	Практикум
V	Русский народный танец	15	-	15	Групповые	Практикум
5.1	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	7	1	6	Групповые	Практикум
5.2	Простые элементы народного танца	8	-	8	Групповые	Практикум
VI	Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).	21	-	21	Групповые	Практикум

6.1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.3	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.4	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.6	Упражнения, развивающие выворотность ног.	3	-	3	Групповые	Практикум
6.7	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	3	-	3	Групповые	Практикум
VII	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)	19		19	Групповые	Практикум
7.1	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	5		5	Групповые	Практикум
7.2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	5		5	Групповые	Практикум

7.3	Упражнения на развитие поясничного пояса.	5		5	Групповые	Практикум
7.4	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	4		4	Групповые	Практикум
VII I	Танец	35		35	Групповые	Практикум
8.1	Теория дисциплины.	1		1	Групповые	Практикум
8.2	Ориентационно-пространственные упражнения.	15		15	Групповые	Практикум
8.3	Танцевальные элементы.	7		7	Групповые	Практикум
8.4	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	7		7	Групповые	Практикум
8.5	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	5		5	Групповые	Практикум
IX	Изучение танца	49		49	Групповые	Практикум
X	Итоговое занятие за год	1	-	1	Групповые	Зачет
	ИТОГО:	204	-	204		

Группа «Задоринки»

№	Название разделов и тем	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля и/или аттестации
		Всего	Теория	Практика		
I	Вводное занятие	1	-	1	Групповые	Практикум

II	Детский танец	25	-	25	Групповые	Практикум
2.1	Элементы ритмики и музыкальной грамоты	2	-	2	Групповые	Практикум
2.2	Игры	4	-	4	Групповые	Практикум
2.3	Комбинации	8	-	8	Групповые	Практикум
2.4	Постановка номеров	10	-	10	Групповые	Практикум
2.5	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
III	Партерная гимнастика	22	-	22	Групповые	Практикум
3.1	Основы образно-игровой партерной гимнастики	2	-	2	Групповые	Практикум
3.2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	10	-	10	Групповые	Практикум
3.3	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	10	1	9	Групповые	Практикум
IV	Азбука классического танца	20	-	20	Групповые	Практикум
4.1	Подготовительный комплекс на ковриках	4	-	4	Групповые	Практикум
4.2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	16	1	15	Групповые	Практикум
V	Русский народный танец	15	-	15	Групповые	Практикум

5.1	Элементы народного танца	8	1	7	Групповые	Практикум
5.2	Парный танец	7	-	7	Групповые	Практикум
VI	Современный танец	18	-	18	Групповые	Практикум
6.1	Основы современного танца	8	-	8	Групповые	Практикум
6.2	Работа в партере	10	-	10	Групповые	Практикум
VII	Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).	46		46	Групповые	Практикум
7.1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	6		6	Групповые	Практикум
7.2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	8		8	Групповые	Практикум
7.3	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	8		8	Групповые	Практикум
7.4	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	4		4	Групповые	Практикум
7.5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	4		4	Групповые	Практикум
7.6	Упражнения, развивающие выворотность ног.	8		8	Групповые	Практикум

7.7	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	10		10	Групповые	Практикум
VIII	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала).	25		25	Групповые	Практикум
8.1	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	8		8	Групповые	Практикум
8.2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	6		6	Групповые	Практикум
8.3	Упражнения на развитие поясничного пояса.	6		6	Групповые	Практикум
8.4	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	5		5	Групповые	Практикум
IX	Изучение Танца	31		31	Групповые	Практикум
X	Итоговое занятие за год	1	-	1	Групповые	Зачет
	ИТОГО:	204	-	204		

Группа «Каприз»

№	Название разделов и тем	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля и/или аттестации
		Всего	Теория	Практика		
I.	Вводное занятие	1	-	1	Групповые	Практикум
II.	Партерная гимнастика и акробатика	28	-	28	Групповые	Практикум

2.1	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	8	-	8	Групповые	Практикум
2.2	Основные элементы акробатики	10	1	9	Групповые	Практикум
2.3	Трюковые элементы	10	1	9	Групповые	Практикум
III.	Классический танец	33	-	33	Групповые	Практикум
3.1	Упражнения у станка	15	1	15	Групповые	Практикум
3.2	Упражнения на середине зала	17	1	17	Групповые	Практикум
3.3	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
IV.	Народный танец	22	-	22	Групповые	Практикум
4.1	Упражнения у станка	9	1	8	Групповые	Практикум
4.2	Элементы народного танца на середине зала	4	-	4	Групповые	Практикум
4.3	Постановка номеров	7	1	6	Групповые	Практикум
4.4	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
V.	Современный танец	68	-	68	Групповые	Практикум
5.1	Уличный танец	8	-	8	Групповые	Практикум
5.2	Комбинации и постановки.	20		20	Групповые	Практикум
5.3	Современный танец	25	-	25	Групповые	Практикум

5.4	Комбинации и постановки.	15		15	Групповые	Практикум
VI.	Творческая лаборатория	16	-	8	Групповые	Практикум
6.1	Тело	2	1	1	Групповые	Практикум
6.2	Усилие	2	1	1	Групповые	Практикум
6.3	Форма	2	1	1	Групповые	Практикум
6.4	Пространство	2	1	1	Групповые	Практикум
6.5	Индивидуальные и групповые творческие работы	10	-	10	Групповые	Практикум
VII.	Изучение танца	35		35	Групповые	Практикум
VIII.	Итоговое занятие за год	1	-	1	Групповые	Зачет
	ИТОГО:	204	-	204		

Группа «Малышки D»

№	Название разделов и тем	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля и/или аттестации
		Всего	Теория	Практика		
I.	Вводное занятие	1	-	1	Групповые	Практикум
II.	Партерная гимнастика и акробатика	28	-	28	Групповые	Практикум
2.1	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	8	-	8	Групповые	Практикум

2.2	Основные элементы акробатики	10	1	9	Групповые	Практикум
2.3	Трюковые элементы	10	1	9	Групповые	Практикум
III.	Классический танец	33	-	33	Групповые	Практикум
3.1	Упражнения у станка	15	1	15	Групповые	Практикум
3.2	Упражнения на середине зала	17	1	17	Групповые	Практикум
3.3	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
IV.	Народный танец	22	-	22	Групповые	Практикум
4.1	Упражнения у станка	9	1	8	Групповые	Практикум
4.2	Элементы народного танца на середине зала	4	-	4	Групповые	Практикум
4.3	Постановка номеров	7	1	6	Групповые	Практикум
4.4	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
V.	Современный танец	68	-	68	Групповые	Практикум
5.1	Уличный танец	8	-	8	Групповые	Практикум
5.2	Комбинации и постановки.	20		20	Групповые	Практикум
5.3	Современный танец	25	-	25	Групповые	Практикум
5.4	Комбинации и постановки.	15		15	Групповые	Практикум
VI.	Творческая лаборатория	16	-	8	Групповые	Практикум

6.1	Тело	2	1	1	Групповые	Практикум
6.2	Усилие	2	1	1	Групповые	Практикум
6.3	Форма	2	1	1	Групповые	Практикум
6.4	Пространство	2	1	1	Групповые	Практикум
6.5	Индивидуальные и групповые творческие работы	10	-	10	Групповые	Практикум
VII.	Изучение танца	35		35	Групповые	Практикум
VIII.	Итоговое занятие за год	1	-	1	Групповые	Зачет
	ИТОГО:	204	-	204		

Группа «Малышки PRO»

№	Название разделов и тем	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля и/или аттестации
		Всего	Теория	Практика		
I.	Вводное занятие	1	-	1	Групповые	Практикум
II.	Партерная гимнастика и акробатика	35	-	35	Групповые	Практикум
2.1	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	10	-	10	Групповые	Практикум
2.2	Основные элементы акробатики	10	1	9	Групповые	Практикум
2.3	Трюковые элементы	15	1	14	Групповые	Практикум

III.	Классический танец	31	-	31	Групповые	Практикум
3.1	Упражнения у станка	15	1	14	Групповые	Практикум
3.2	Упражнения на середине зала	15	1	14	Групповые	Практикум
3.3	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
IV.	Народный танец	28	-	28	Групповые	Практикум
4.1	Упражнения у станка	9	1	8	Групповые	Практикум
4.2	Элементы народного танца на середине зала	9	-	8	Групповые	Практикум
4.3	Постановки номеров	8	-	8	Групповые	Практикум
4.4	Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1	Групповые	Практикум
4.5	Итоговое занятие за год	1	-	1	Групповые	Практикум
V.	Современный танец	48	-	48	Групповые	Практикум
5.1	Уличный танец	8	-	8	Групповые	Практикум
5.2	Комбинации и постановки.	10	-	10	Групповые	Практикум
5.3	Современный танец	15	-	15	Групповые	Практикум
5.4	Комбинации и постановки.	15	-	15	Групповые	Практикум
VI.	Творческая лаборатория	30	-	30	Групповые	Практикум
6.1	Тело	5	1	4	Групповые	Практикум

6.2	Усилие	5	1	4	Групповые	Практикум
6.3	Форма	5	1	4	Групповые	Практикум
6.4	Пространство	5	1	4	Групповые	Практикум
6.5	Индивидуальные и групповые творческие работы	10	-	10	Групповые	Практикум
VII.	Итоговое занятие за год	1	-	1	Групповые	Практикум
VIII.	Изучение танца	30		30	Групповые	Зачет
	ИТОГО:	204	-	204		

1.3.2 Содержание учебного плана

Группа «Малышок»

I. Введение в образовательную программу

Цель: Ознакомить с понятием «хореография» Танец и его виды. Пробудить интерес к занятиям хореографии.

Практика: Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения.

II. Знакомство с азбукой ритмики

ТЕМА. Музыка и танец

Включает в себя знакомство с основными выразительными средствами музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр). А также рассматривается понятие танцевального движения – его длительность, характер, настроение, темп. Выявляется взаимосвязь музыки и движения – совместное вступление и окончание мелодии и танцевального движения, передача единого характера и настроения.

ТЕМА. «От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения.

Азбука танцевального движения включает в себя знакомство детей с музыкой. Раскрывает такие понятия как темп (быстро, медленно, умеренно); контрастность (быстрая-медленная; весёлая-грустная); характер(задорная, весёлая, печальная, яркая. Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4. Умение скоординировать движения с музыкой.

Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.

Задачи: Развитие метроритма, слуха и навыков элементарного исполнительства, умение слушать и слышать ритмический рисунок музыки.

ТЕМА. Музыкально-танцевальные игры.

Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуся», «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим», «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».

Задачи: Ориентация в пространстве танцевального зала; развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики . Релаксация.

ТЕМА. «Танцевальная мозаика» - танцевальные этюды, композиции, танцы. Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев, согласно репертуарному плану. А также самостоятельную этюдную работу.

Задачи: развивать творческие способности детей; умение создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.

ТЕМА. Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

III. Партерная гимнастика

ТЕМА. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Задачи: Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета».

ТЕМА. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

Задачи: развивать у детей «мышечное чувство» - сознательное отношение к своим движениям; развивать необходимые двигательные навыки и умения.

ТЕМА. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.

Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты. Выполнение индивидуальных трюков: «кувырок» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик».

Задачи: научиться выполнять основные элементы акробатики.

IV. Азбука классического танца.

ТЕМА. Подготовительный комплекс на ковриках.

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.

Задачи: подготовить мышечный аппарат детей к занятиям у станка.

ТЕМА. Основы классического танца. (занятия лицом к станку)

На начальном этапе, упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.

Теория: понятие опорной и работающей ноги, знакомство с терминологией классического танца.

Практика: формирование правильной осанки, обеспечивающей устойчивость (апломб)

1. Постановка корпуса (отработка, стоя лицом к станку).
2. Позиции ног (I, II, III, V, IV). Смена позиций у станка.
3. Полуприседание (деми-плие) в I, II, III позициях
4. Позиции рук (подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции). Переходы рук (порт де бра)
у станка.

V. Русский народный танец

ТЕМА. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)

Цель – достижение академической формы народного танца.

Теория: изучение поклона; знакомство с элементами народного танца; прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.); положение рук и ног в народном танце.

Практика: «озорные» и «лирические» руки; притопы и хлопки; «присядка».

ТЕМА. Простые элементы народного танца

Основные шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг.

Основные движения: «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка».

VI. Элементы партерной гимнастики.

Тема. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;

«День — ночь»

«Змейка»

«Рыбка»

Тема. Упражнения, развивающие подъем стопы:

вытягивание и сокращение стопы;

круговые движения стопой;

Тема. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:

«лодочка»;

«складочка»;

«колечко»;

Тема. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

«ступеньки»;

«ножницы»;

Тема. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава:

«Неваляшка»

«Passe' с разворотом колена»

Тема. Упражнения развивающие выворотность ног:

«Звездочка»

«Лягушка»

Тема. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага:

«Боковая растяжка»

«Растяжка с наклоном вперед»

«Часы»

VII. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

Тема. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
- круговые движения головой по кругу и целому кругу;
- поднимание и опускание плеч;
- поочередное поднимание и опускание плеч.

Тема. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

- разведение рук в стороны;
- подъемы рук вперед на высоту 90°;
- отведение рук назад;
- подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперед, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперед–в стороны–назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперед–вверх–назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

Тема. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперед.

Тема. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- полуприседания;
- отведение ноги в сторону на носок;
- отведение ноги в сторону на каблук;
- отведение ноги вперед на носок;
- отведение ноги вперед на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- подьёмы согнутой в колене ноги вперед;
- отведение ноги назад на носок;

- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: – позиция – носок – выпад – полуприседанием;
- подъёмы на полупальцы;
- многократные прыжки на двух ногах;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на каблук.

VIII. ТАНЕЦ

Тема. Теория дисциплины.

Понятия «мелодия», «поза», «движение».

Тема. Ориентационно-пространственные упражнения.

- Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»);
- Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная; объёмных - круг; «цепочка»;

Тема. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые:

из линейных в линейные:

- из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальную;
- из колонны горизонтальной в шеренгу горизонтальную.

-из объёмных в объёмные:

- сужение и расширение круга;
- из круга в «цепочку»;
- из объёмных в линейные и наоборот:
- из круга в горизонтальную шеренгу;
- из круга в горизонтальную колонну;
- из горизонтальной шеренги в круг;
- из колонны горизонтальной в «цепочку»;

Тема. Танцевальные элементы.

1. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»:

- танцевальный шаг с носка;
- маршевый шаг на месте;
- шаги на полупальцах
- легкий бег с поджатыми ногами;
- прыжки с вытянутыми ногами;
- прыжки с поджатыми ногами;
- подскоки на месте и с продвижением.

-Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.

Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства:

1) «Ширма»,

2) «Птичий двор».

IX. Итоговое занятие за год.

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за год (на усмотрение педагога).

Группа «Пуговки»

I. Введение в образовательную программу

Цель: Ознакомить с понятием «хореография» Танец и его виды. Пробудить интерес к занятиям хореографии.

Практика: Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения.

II. Знакомство с азбукой ритмики

ТЕМА. Музыка и танец

Включает в себя знакомство с основными выразительными средствами музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр). А также рассматривается понятие танцевального движения – его длительность, характер, настроение, темп. Выявляется взаимосвязь музыки и движения – совместное вступление и окончание мелодии и танцевального движения, передача единого характера и настроения.

ТЕМА. «От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения.

Азбука танцевального движения включает в себя знакомство детей с музыкой. Раскрывает такие понятия как темп (быстро, медленно, умеренно); контрастность (быстрая-медленная; весёлая-грустная); характер(задорная, весёлая, печальная, яркая. Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4. Умение скоординировать движения с музыкой.

Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.

Задачи: Развитие метроритма, слуха и навыков элементарного исполнительства, умение слушать и слышать ритмический рисунок музыки.

ТЕМА. Музыкально-танцевальные игры.

Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуси», «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим», «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».

Задачи: Ориентация в пространстве танцевального зала; развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики . Релаксация.

ТЕМА. «Танцевальная мозаика» - танцевальные этюды, композиции, танцы. Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев, согласно репертуарному плану. А также самостоятельную этюдную работу.

Задачи: развивать творческие способности детей; умение создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.

ТЕМА. Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

III. Партерная гимнастика

ТЕМА. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Задачи: Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета».

ТЕМА. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

Задачи: развивать у детей «мышечное чувство» - сознательное отношение к своим движениям; развивать необходимые двигательные навыки и умения.

ТЕМА. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.

Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты. Выполнение индивидуальных трюков: «кувырок» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик».

Задачи: научиться выполнять основные элементы акробатики.

IV. Азбука классического танца.

ТЕМА. Подготовительный комплекс на ковриках.

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.

Задачи: подготовить мышечный аппарат детей к занятиям у станка.

ТЕМА. Основы классического танца. (занятия лицом к станку)

На начальном этапе, упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.

Теория: понятие опорной и работающей ноги, знакомство с терминологией классического танца.

Практика: формирование правильной осанки, обеспечивающей устойчивость (апломб)

1. Постановка корпуса (отработка, стоя лицом к станку).
2. Позиции ног (I, II, III, V, IV). Смена позиций у станка.
3. Полуприседание (деми-плие) в I, II, III позициях
4. Позиции рук (подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции). Переходы рук (порт де бра) у станка.

V. Русский народный танец

ТЕМА. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)

Цель – достижение академической формы народного танца.

Теория: изучение поклона; знакомство с элементами народного танца; прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.); положение рук и ног в народном танце.

Практика: «озорные» и «лирические» руки; притопы и хлопки; «присядка».

ТЕМА. Простые элементы народного танца

Основные шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг.

Основные движения: «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка».

VI. Элементы партерной гимнастики.

Тема. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;

«День — ночь»

«Змейка»

«Рыбка»

Тема. Упражнения, развивающие подъем стопы:

вытягивание и сокращение стопы;

круговые движения стопой;

Тема. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:

«лодочка»;

«складочка»;

«колечко»;

Тема. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

«ступеньки»;

«ножницы»;

Тема. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава:

«Неваляшка»

«Passe' с разворотом колена»

Тема. Упражнения развивающие выворотность ног:

«Звездочка»

«Лягушка»

Тема. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага:

«Боковая растяжка»

«Растяжка с наклоном вперед»

«Часы»

VII. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

Тема. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:

-повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;

-наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;

-круговые движения головой по кругу и целому кругу;

-поднимание и опускание плеч;

-поочередное поднимание и опускание плеч.

Тема. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

-разведение рук в стороны;

-подъемы рук вперед на высоту 90°;

-отведение рук назад;

-подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;

-подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед;

- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд–в стороны–назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны-вверх-в стороны, вперёд-вверх-назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

Тема. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперёд.

Тема. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- полуприседания;
- отведение ноги в сторону на носок;
- отведение ноги в сторону на каблук;
- отведение ноги вперёд на носок;
- отведение ноги вперёд на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;
- отведение ноги назад на носок;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с
- полуприседанием;
- подъёмы на полупальцы;
- многократные прыжки на двух ногах;

- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на каблук.

VIII. ТАНЕЦ

Тема. Теория дисциплины.

Понятия «мелодия», «поза», «движение».

Тема. Ориентационно-пространственные упражнения.

-Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»);

-Изучение одноплановых рисунков и фигур:

линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная; объёмных - круг; «цепочка»;

Тема. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые:

из линейных в линейные:

-из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальную;

-из колонны горизонтальной в шеренгу горизонтальную.

-из объёмных в объёмные:

-сужение и расширение круга;

-из круга в «цепочку»;

-из объёмных в линейные и наоборот:

-из круга в горизонтальную шеренгу;

-из круга в горизонтальную колонну;

-из горизонтальной шеренги в круг;

-из колонны горизонтальной в «цепочку»;

Тема. Танцевальные элементы.

1. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»:

-танцевальный шаг с носка;

-маршевый шаг на месте;

-шаги на полупальцах

-легкий бег с поджатыми ногами;

-прыжки с вытянутыми ногами;

-прыжки с поджатыми ногами;

-подскоки на месте и с продвижением.

-Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.

Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства:

1) «Ширма»,

2) «Птичий двор».

IX. Итоговое занятие за год.

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за год (на усмотрение педагога).

Группа «Задоринки»

I. Вводное занятие

Цель: ознакомить детей со спецификой работы на 2-ом году обучения, формировать мотивацию к занятиям по разным направлениям хореографии.

Практика: Разминка, работа в группах по заданию. Творческая самостоятельная работа всей группой по созданию этюда в любом танцевальном направлении.

II. Детский танец

ТЕМА. Элементы ритмики и музыкальной грамоты

Задачи: освоить понятия: «ритмический рисунок»; длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы; особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш.

Практика: хлопки громкие и тихие, в темпе музыки; воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых.

ТЕМА. Игры.

Повторение некоторых пройденных игр: «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам- покажи другим», «Зеркало». Изучение новых игр «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».

Задачи: Ориентация в пространстве танцевального зала; развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики . Релаксация.

ТЕМА. Комбинации

Практика: Комбинации из подскоков, галопа, прыжков, хлопков, шагов и бега.

ТЕМА. Постановка номеров

Задачи: научиться создавать и воплощать образы с помощью ритмического рисунка.

Практика: Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.

ТЕМА. Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

III. Партерная гимнастика

ТЕМА. Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Задачи: Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета».

ТЕМА. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса

Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

Задачи: развивать у детей «мышечное чувство» - сознательное отношение к своим движениям; развивать необходимые двигательные навыки и умения.

ТЕМА. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.

Цель: Уметь выполнять основные элементы акробатики и простые трюки.

Теория: 1. Понятие «акробатика». 2. Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик»

Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты.

IV. Азбука классического танца.

ТЕМА. Подготовительный комплекс на ковриках.

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Подводящие к экзерсису упражнения.

Задачи: подготовить мышечный аппарат детей к занятиям у станка.

ТЕМА. Основы классического танца. (занятия лицом к станку). На начальном этапе, упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.

Теория: Продолжение знакомства с терминологией классического танца. Разучивание позиций рук и ног.

Практика: Упражнения лицом к станку.

1. Постановка корпуса
2. Позиции ног
3. Полуприседание (деми-плие) в I, II, III позициях
4. Полное приседание (гранд-плие в I, II позициях)
5. Позиции рук (подготовительное положение, I, II, III позиции)

V. Русский народный танец

ТЕМА. Элементы народного танца

Теория: продолжение знакомства с элементами народного танца.

Практика: Основные шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг. Основные движения: «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», хлопки и притопы.

ТЕМА. Парный танец

Изучение различных положений рук в паре. Простые этюды в паре.

VI. Современный танец

ТЕМА. Основы современного танца

Современный танец изучается по разделам:

В разделе разогрев используется:

-движение по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.);

-движение на середине (работа с пространством, шаги, прыжки т.д.).

В разделе изоляция изучаются следующие движения:

-голова: наклоны, повороты, круги, zundari;

-плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;

-грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;

-пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;

-руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

-ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям

ТЕМА. Работа в партере.

Основы изученные по современному танцу мы переносим в партер. Разогрев в партере. Изоляция в партере. Перекаты. Простые элементы: «книжечка».

VII. Элементы партерной гимнастики.

1. Повторение и закрепление материала 1 года обучения. Более сложные комбинации движений. Четкое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения.

2. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш»

3. Упражнения, развивающие подъем стопы:

Разворот стопы из VI позиции в I позицию

Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. «Корзиночка» «Полумостик» «Мостик»

4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. «Плуг» «Уголок»

5. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. «Неваляшка» «Passe' с разворотом колена»

6. Упражнения, развивающие выворотность ног. «Лягушка» во всех положениях «Солнышко»

7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

«Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный

Тема. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первый год обучения) музыкальных раскладках:

1. повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
2. наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
3. круговые движения головой по кругу и целому кругу;
4. поднимание и опускание плеч;
5. поочередное поднимание и опускание плеч.
 - Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускоренн
 - разведение рук в стороны;
 - подъёмы рук вперёд на высоту 90°
 - отведение рук назад;
 - подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
 - подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
 - сгибание рук в локтях в направлении: вверх – в стороны и вниз – в стороны;
 - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
 - сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
 - сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд – в стороны - назад;
 - сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперёд– -вверх–назад;
 - вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
 - вращения кистями во II позиции;
 - вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

Упражнения на развитие поясничного пояса

- перегибы корпуса назад;
- повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
- круговые движения корпуса.

Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием
- отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;

- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- подъёмы согнутой в колене ноги в сторону;
- отведение ноги назад на носок с полуприседанием;
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок ноги в сторону на каблук; – каблук – позиция;
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – каблук, позиция с полуприседанием;
- назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги назад с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок – позиция с полуприседанием;
- прыжки на одной ноге (не более 4-х раз);
- прыжки на двух ногах с переменной позиций (напр. чередование VI и II позиций);
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на каблук;
- подъёмы на полупальцы опорной ноги с одновременным подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену опорной;
- поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой;
- бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

VII Итоговое занятие за 1 год обучения

Содержание программы

Группа «Каприз»

I. Вводное занятие

Цель: ознакомить детей с планом работы на 3-ем году обучения.

Ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к дальнейшим занятиям.

Практика:

Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.

II. Партерная гимнастика и акробатика

ТЕМА. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Растяжка. Шпагаты.

ТЕМА. Основные элементы акробатики

Цель: Уметь выполнять основные элементы акробатики и простые трюки.

Теория: 1. Понятие «акробатика». 2. Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»

ТЕМА. Трюковые элементы.

Теория: Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.

Практика: Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.

III. Классический танец

ТЕМА. Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.

Практика: Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-плие) в I, I I, V позициях

Полное приседание (гранд-плие в I, I I, V позициях)

Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)

Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° ◌ (батман тандю жите)

Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)

Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)

Гранд батман жите (большой бросковый батман)

Лицом к станку: Реливе. Прыжки.(соте по I, II позициям). Растяжка.

ТЕМА. Упражнения на середине зала

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.

ТЕМА. Итоговое занятие за 1-е полугодие.

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

IV. Народный танец

ТЕМА. Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов народного танца.

Практика: полуприседания быстрые и медленные, по I и VI-й позициям, с подъёмом на полупальцы, с наклоном корпуса; перевод ноги с носка на пятку и обратно.

ТЕМА. Элементы народного танца на середине зала.

Практика: поклон в русском характере; пружинистое приседание с поворотом корпуса; «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», «ковырялочка» с притопом и подскоком; «мячики», «присядка», «хлопушки» простые; тройной шаг; притопы в комбинации; «припадания»; шаг кадрили.

ТЕМА. Постановки номеров.

Теория: Знакомство с разными жанрами народного танца и их построением, с просмотром видеоматериалов и прослушиванием музыки; знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Постановка несложных танцев с народной хореографией.

V. Современный танец

ТЕМА. Уличный танец.

Практика: с начала проучиваем:

-основные раскачки (вперед, назад);

-раскачки с шагами;

-основные прыжки на двух и на одной ноге, с поворотами на 180 и 360 градусов;

-соединение движений ног с руками;

-простейшие партерные комбинации.

-изучение понятий kike, slaid.

Осваиваем комплекс разминки на середине:

1. Наклоны, повороты шеи

2. Разминка для плеч

3. Разминка верхней части туловища (смещения вправо, влево, вперёд, назад)

4. Разминка тазобедренного сустава (вращения, восьмёрки)

5. Разминка ног (вращения в коленях, приседания)

ТЕМА. Комбинации и постановки.

Отработка комбинаций, простые постановки.

ТЕМА. Современный танец

Практика: Раздел - изоляция. Изучаются следующие движения:

-голова: наклоны, повороты, круги, zundari;

-плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;

-грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;

-пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;

-руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

-ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.

Упражнения для развития позвоночника. Здесь должны быть усвоены следующие положения:

-flat back вперед, в сторону, полукруги и круги торсом;

-contraction, release, high release.

Координация. Координация простейших движений рук и ног, свинговое раскачивание двух центров.

Уровни.

-основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа»;

-упражнения stretch-характера в различных положениях;

-упражнения на contraction и release в положении сидя;

Кросс. Перемещение в пространстве.

-шаги по квадрату.

-основные шаги афротанца.

-шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

-прыжки: hop, jump

ТЕМА. Комбинации и постановки.

Комбинации. В этом разделе изучаются комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней, в джазовом и уличном танце

VI. Творческая лаборатория

Цель: Изучить азы анализа движения Лабана.

ТЕМА. Тело.

Теория и Практика: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

ТЕМА. Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

ТЕМА. Форма.

Теория и Практика: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

ТЕМА. Пространство.

Теория и Практика: Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.

ТЕМА. Индивидуальные и групповые творческие работы.

VII. Итоговое занятие за год.

Содержание программы

Группа «Малышки D»

I. Вводное занятие

Цель: ознакомить детей с планом работы на 3-ем году обучения.

Ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к дальнейшим занятиям.

Практика:

Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.

II. Партерная гимнастика и акробатика

ТЕМА. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Растяжка. Шпагаты.

ТЕМА. Основные элементы акробатики

Цель: Уметь выполнять основные элементы акробатики и простые трюки.

Теория: 1. Понятие «акробатика». 2. Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик»

ТЕМА. Трюковые элементы.

Теория: Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.

Практика: Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.

III. Классический танец

ТЕМА. Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.

Практика: Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-плие) в I, I I, V позициях

Полное приседание (гранд-плие в I, I I, V позициях)

Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)

Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° ◌ (батман тандю жите)

Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)

Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)

Гранд батман жите (большой бросковый батман)

Лицом к станку: Реливе. Прыжки.(соте по I, II позициям). Растяжка.

ТЕМА. Упражнения на середине зала

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.

ТЕМА. Итоговое занятие за 1-е полугодие.

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

IV. Народный танец

ТЕМА. Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов народного танца.

Практика: полуприседания быстрые и медленные, по I и VI-й позициям, с подъёмом на полупальцы, с наклоном корпуса; перевод ноги с носка на пятку и обратно.

ТЕМА. Элементы народного танца на середине зала.

Практика: поклон в русском характере; пружинистое приседание с поворотом корпуса; «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», «ковырялочка» с притопом и подскоком; «мячики», «присядка», «хлопушки» простые; тройной шаг; притопы в комбинации; «припадания»; шаг кадрили.

ТЕМА. Постановки номеров.

Теория: Знакомство с разными жанрами народного танца и их построением, с просмотром видеоматериалов и прослушиванием музыки; знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Постановка несложных танцев с народной хореографией.

V. Современный танец

ТЕМА. Уличный танец.

Практика: с начала проучиваем:

- основные раскачки (вперед, назад);
- раскачки с шагами;
- основные прыжки на двух и на одной ноге, с поворотами на 180 и 360 градусов;
- соединение движений ног с руками;
- простейшие партерные комбинации.
- изучение понятий kike, slaid.

Осваиваем комплекс разминки на середине:

1. Наклоны, повороты шеи
2. Разминка для плеч
3. Разминка верхней части туловища (смещения вправо, влево, вперёд, назад)
4. Разминка тазобедренного сустава (вращения, восьмёрки)
5. Разминка ног (вращения в коленях, приседания)

ТЕМА. Комбинации и постановки.

Отработка комбинаций, простые постановки.

ТЕМА. Современный танец

Практика: Раздел - изоляция. Изучаются следующие движения:

- голова: наклоны, повороты, круги, zundari;
- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;
- пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;
- руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.
- ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.

Упражнения для развития позвоночника. Здесь должны быть усвоены следующие положения:

- flat back вперед, в сторону, полукруги и круги торсом;
- contraction, release, high release.

Координация. Координация простейших движений рук и ног, свинговое раскачивание двух центров.

Уровни.

-основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа»;

-упражнения stretch-характера в различных положениях;

-упражнения на contraction и release в положении сидя;

Кросс. Перемещение в пространстве.

-шаги по квадрату.

-основные шаги афротанца.

-шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

-прыжки: hop, jump

ТЕМА. Комбинации и постановки.

Комбинации. В этом разделе изучаются комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней, в джазовом и уличном танце

VI. Творческая лаборатория

Цель: Изучить азы анализа движения Лабана.

ТЕМА. Тело.

Теория и Практика: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

ТЕМА. Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

ТЕМА. Форма.

Теория и Практика: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

ТЕМА. Пространство.

Теория и Практика: Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.

ТЕМА. Индивидуальные и групповые творческие работы.

VII. Итоговое занятие за год.

Содержание программы

Группа «Малышки PRO»

I. Вводное занятие

Цель: ознакомить детей с планом работы на 4-ом году обучения.

Ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к самостоятельной творческой деятельности.

Практика:

Разминка. Индивидуальная творческая работа по заданию. Показ индивидуальных работ.

II. Партерная гимнастика и акробатика

ТЕМА. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Растяжка. Шпагаты.

ТЕМА. Основные элементы акробатики

Цель: Уметь выполнять более сложные элементы акробатики.

Теория: 1. Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков в комбинации с другими элементами: «кувырочек» (вперёд и назад) из разных положений (из «стойки на лопатках» и др.), «колесо» в комбинации со шпагатом по диагонали, «мостик» из положений стоя, «стойка на руках».

ТЕМА. Трюковые элементы

Теория: Техника выполнения танцевальных поддержек.

Практика: Парные трюковые элементы.

III. Классический танец

ТЕМА. Упражнения у станка

Теория: Методика исполнения элементов классического танца лицом к станку и , держась одной рукой за станок.

Практика: перегибание корпуса; деми и гранд плие в I, II, IV, V позициях.

батман тандю крестом; батман тандю жите крестом; ронд де жамб партер;

положение ноги сюр ле у де пье; батман фондю; батман фропе; батман девлюпе;

батман реливе; гранд батман жите; растяжка.

ТЕМА. Упражнения на середине зала.

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: положение круазе и эффасе; плие, батман тандю, батман тандю жите в разных положениях корпуса. Прыжки: соте по I,II,V позициям; ассамбле; глиссад; па де бу ре; порт де бра.

ТЕМА. Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

ТЕМА. Итоговое занятие за год

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за год.

IV. Народный танец

ТЕМА. Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов народного танца.

Практика: полные приседания быстрые и медленные, с поворотом коленей; перевод ноги с носка на пятку и обратно с полуприседаниями на опорной ноге, подъёмом пятки опорной ноги; маленькие броски; круговые движения ногой по полу и воздуху, каблучные упражнения; подготовка к верёвочке; дробные выстукивания простые.

ТЕМА. Элементы народного танца на середине зала.

Практика: шаги переменные и хороводный; притопы двойные с продвижением; «моталочка»; «верёвочка»; «молоточки»; «ковырялочка» всех видов; «присядки» в комбинации с усложнением; «хлопушки» простые; «дробь» простые; «припадание».

ТЕМА. Постановки номеров.

Практика: Постановка этюдов и номеров с усложнённой техникой и рисунком.

ТЕМА.

Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

V. Современный танец

ТЕМА. Уличный танец.

Цель: Осваиваем новые направления: нью-стайл, э-лей, хаос, элементы брейк-данса.

Практика: Хаос: степ шаги: вправо, влево, вперёд, назад

- степ шаги с усложнением. Упражнения в прыжке «ножницы» простые, и с усложнением.

«Звёздочка». «Раскачки».

Нью-стайл, э-лей. «Слайды». «Волны». «Раскачки». Работа на разных уровнях.

Брейк данс – основные шаги – «шесть шагов», «скрембл» и др. Танцевальные дорожки.

ТЕМА. Комбинации и постановки.

ТЕМА. Современный танец

Практика: Перемещение из одного уровня в другой.

Упражнения stretch – характера в соединении с твистами и спиралями торса.

Кросс: комбинации шагов, соединенные с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге).

Использование contraction release во время передвижения

ТЕМА. Комбинации и постановки.

Комбинации. В этом разделе изучаются комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней, возможно соединение разных стилей.

VI. Творческая лаборатория

Цель: Изучить азы анализа движения Лабана.

ТЕМА. Тело.

Теория и Практика: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

ТЕМА. Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

ТЕМА. Форма.

Теория и Практика: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

ТЕМА. Пространство.

Теория и Практика: Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.

ТЕМА. Индивидуальные и групповые творческие работы.

VII. Итоговое занятие за год

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Содержание программы «Хореографическое творчество» обеспечивает целостное художественно-эстетическое развитие личности и приобретение ею в процессе освоения образовательной программы танцевально-исполнительских и теоретических знаний, умений и навыков.

1.4.1 Личностные результаты

Личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества.

1.4.2. Предметные результаты

1. Танец:

- знание основных элементов классического, народного танцев;
- знание о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;
- умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ; владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных; навыки перестроения из одной фигуры в другую;
- владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы; навыки комбинирования движений;
- навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

2. Ритмика:

- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

3. Гимнастика:

- знание анатомического строения тела;
- знание приемов правильного дыхания;
- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений;
- знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни;
- умение выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

- умение сознательно управлять своим телом;
- умение распределять движения во времени и пространстве;
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса;
- навыки координации движений

4. Классический танец:

- знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций классического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене классический танец, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренировке классического танца и разучивании хореографического произведения;
- навыки музыкально-пластического интонирования.

5. Народно-сценический танец:

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования.

6. Подготовка концертных номеров:

- умение осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством преподавателя;
- умение работы в танцевальном коллективе;
- умение видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции;
- навыки участия в репетиционной работе.

7. Слушание музыки и музыкальная грамота:

- знание специфики музыки как вида искусства;
- знание музыкальной терминологии, актуальной для хореографического искусства;
- знание основ музыкальной грамоты (размер, динамика, темп, строение музыкального произведения);
- умение эмоционально-образно воспринимать и характеризовать музыкальные произведения;
- умение пользоваться музыкальной терминологией, актуальной для хореографического искусства;
- умение различать звучания отдельных музыкальных инструментов;
- умение запоминать и воспроизводить (интонировать, просчитывать) метр, ритм и мелодику несложных музыкальных произведений.

II. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Группа «Малышок»

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Всего учебных недель
1.	сентябрь	17	18:00-18:40	групповая	2	1. Введение в образовательную программу 2. «Музыка и танец»	Кабинет №6	34
2.	сентябрь	19	18:00-18:40	групповая	2	«От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	Кабинет №6	34
3.	сентябрь	21	15:30-	группов	2	«От простого	Кабинет	34

	брь		16:10	ая		хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	№6	
4.	сентябрь	24	18:00- 18:40	групповая	2	1.«От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения 2. Музыкально- танцевальные игры	Кабинет №6	34
5.	сентябрь	26	18:00- 18:40	групповая	2	Музыкально- танцевальные игры	Кабинет №6	34
6.	сентябрь	28	15:30- 16:10	групповая	2	Музыкально- танцевальные игры	Кабинет №6	34
7.	октябрь	1	18:00- 18:40	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
8.	октябрь	3	18:00- 18:40	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
9.	октябрь	5	15:30- 16:10	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
10.	октябрь	8	18:00- 18:40	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
11.	октябрь	10	18:00- 18:40	групповая	2	1.Итоговое занятие за 1-е полугодие 2. Основы	Кабинет №6	34

						образно-игровой партерной гимнастики		
12.	октябрь	12	15:30-16:10	групповая	2	Основы образно-игровой партерной гимнастики	Кабинет №6	34
13.	октябрь	15	18:00-18:40	групповая	2	Основы образно-игровой партерной гимнастики	Кабинет №6	34
14.	октябрь	17	18:00-18:40	групповая	2	1. Основы образно-игровой партерной гимнастики 2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
15.	октябрь	19	15:30-16:10	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
16.	октябрь	22	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц	Кабинет №6	34

						брюшного пояса		
17.	октябрь	24	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
18.	октябрь	26	15:30-16:10	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
19.	октябрь	29	18:00-18:40	групповая	2	1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса 2. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, сточка на лопатках	Кабинет №6	34
20.	октябрь	31	18:00-18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, сточка на	Кабинет №6	34

						лопатках		
21.	ноябрь	2	15:30-16:10	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
22.	ноябрь	5	18:00-18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
23.	ноябрь	7	18:00-18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
24.	ноябрь	9	15:30-16:10	групповая	2	1.Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках 2. Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
25.	ноябрь	12	18:00-18:40	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
26.	ноябрь	14	18:00-18:40	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
27.	ноябрь	16	15:30-16:10	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
28.	ноябрь	19	18:00-18:40	групповая	2	1.Подготовительный комплекс на	Кабинет №6	34

						ковриках 2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)		
29.	ноябрь	21	18:00- 18:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
30.	ноябрь	23	15:30- 16:10	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
31.	ноябрь	26	18:00- 18:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
32.	ноябрь	28	18:00- 18:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
33.	ноябрь	30	15:30- 16:10	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
34.	декабрь	3	18:00- 18:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
35.	декабрь	5	18:00- 18:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций	Кабинет №6	34

						и положений рук)		
36.	декабрь	7	15:30-16:10	групповая	2	1. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук) 2. Простые элементы народного танца	Кабинет №6	34
37.	декабрь	10	18:00-18:40	групповая	2	Простые элементы народного танца	Кабинет №6	34
38.	декабрь	12	18:00-18:40	групповая	2	Простые элементы народного танца	Кабинет №6	34
39.	декабрь	14	15:30-16:10	групповая	2	Простые элементы народного танца	Кабинет №6	34
40.	декабрь	17	18:00-18:40	групповая	2	1. Простые элементы народного танца 2. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Кабинет №6	34
41.	декабрь	19	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Кабинет №6	34
42.	декабрь	21	15:30-16:10	групповая	2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	Кабинет №6	34
43.	декабрь	24	18:00-18:40	групповая	2	1. Упражнения, развивающие подъем стопы. 2. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34
44.	декабрь	26	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34

45.	декабрь	28	15:30-16:10	групповая	2	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	Кабинет №6	34
46.	январь	11	15:30-16:10	групповая	2	1. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. 2. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	Кабинет №6	34
47.	январь	14	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	Кабинет №6	34
48.	январь	16	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие выворотность ног.	Кабинет №6	34
49.	январь	18	15:30-16:10	групповая	2	1. Упражнения, развивающие выворотность ног. 2. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
50.	январь	21	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
51.	январь	23	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34
52.	январь	25	15:30-16:10	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34

53.	январь	28	18:00-18:40	групповая	2	1. Упражнения для развития шеи и плечевого пояса. 2. Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
54.	январь	30	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
55.	февраль	1	15:30-16:10	групповая	2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
56.	февраль	4	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие поясничного пояса.	Кабинет №6	34
57.	февраль	6	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие поясничного пояса.	Кабинет №6	34
58.	февраль	8	15:30-16:10	групповая	2	1. Упражнения на развитие поясничного пояса. 2. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Кабинет №6	34
59.	февраль	11	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Кабинет №6	34
60.	февраль	13	18:00-18:40	групповая	2	1. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног. 2. Теория	Кабинет №6	34

						дисциплины.		
61.	февраль	15	15:30-16:10	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
62.	февраль	18	18:00-18:40	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
63.	февраль	20	18:00-18:40	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
64.	февраль	22	15:30-16:10	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
65.	февраль	25	18:00-18:40	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
66.	февраль	27	18:00-18:40	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
67.	февраль	29	15:30-16:10	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
68.	март	3	18:00-18:40	групповая	2	1.Ориентационно-пространственные упражнения . 2. Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
69.	март	5	18:00-18:40	групповая	2	Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
70.	март	7	15:30-16:10	групповая	2	Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
71.	март	10	18:00-18:40	групповая	2	Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
72.	март	12	18:00-18:40	групповая	2	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Кабинет №6	34
73.	март	14	15:30-16:10	групповая	2	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Кабинет №6	34

74.	март	17	18:00-18:40	групповая	2	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Кабинет №6	34
75.	март	19	18:00-18:40	групповая	2	1. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки 2. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Кабинет №6	34
76.	март	21	15:30-16:10	групповая	2	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Кабинет №6	34
77.	март	24	18:00-18:40	групповая	2	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Кабинет №6	34
78.	март	26	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
79.	март	28	15:30-16:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
80.	март	31	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
81.	апрель	2	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
82.	апрель	4	15:30-16:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
83.	апрель	7	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
84.	апрель	9	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
85.	апрель	11	15:30-16:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34

86.	апрел ь	14	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
87.	апрел ь	16	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
88.	апрел ь	18	15:30- 16:10	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
89.	апрел ь	21	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
90.	апрел ь	23	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
91.	апрел ь	25	15:30- 16:10	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
92.	апрел ь	28	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
93.	апрел ь	30	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
94.	май	2	15:30- 16:10	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
95.	май	5	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
96.	май	7	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
97.	май	12	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
98.	май	14	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
99.	май	16	15:30- 16:10	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
100.	май	19	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
101.	май	21	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34

102	май	23	15:30-16:10	групповая	2	1.Изучение танца 2. Итоговое занятие за год	Кабинет №6	34

Группа «Пуговики»

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Всего учебных недель
1.	сентябрь	16	19:00-19:40	групповая	2	1.Введение в образовательную программу 2. «Музыка и танец»	Кабинет №6	34
2.	сентябрь	18	19:00-19:40	групповая	2	«От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	Кабинет №6	34
3.	сентябрь	20	19:00-19:40	групповая	2	«От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	Кабинет №6	34
4.	сентябрь	23	19:00-19:40	групповая	2	1.«От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения 2. Музыкально-танцевальные игры	Кабинет №6	34
5.	сентябрь	25	19:00-19:40	групповая	2	Музыкально-танцевальные игры	Кабинет №6	34
6.	сентябрь	27	19:00-19:40	групповая	2	Музыкально-танцевальные игры	Кабинет №6	34

7.	сентябрь	30	19:00-19:40	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
8.	октябрь	2	19:00-19:40	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
9.	октябрь	4	19:00-19:40	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
10.	октябрь	7	19:00-19:40	групповая	2	«Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	Кабинет №6	34
11.	октябрь	9	19:00-19:40	групповая	2	1. Итоговое занятие за 1-е полугодие 2. Основы образно-игровой партерной гимнастики	Кабинет №6	34
12.	октябрь	11	19:00-19:40	групповая	2	Основы образно-игровой партерной гимнастики	Кабинет №6	34
13.	октябрь	14	19:00-19:40	групповая	2	Основы образно-игровой партерной гимнастики	Кабинет №6	34
14.	октябрь	16	19:00-19:40	групповая	2	1. Основы образно-игровой партерной гимнастики 2. Упражнения на развитие эластичности мышц,	Кабинет №6	34

						подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса		
15.	октябрь	18	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
16.	октябрь	21	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
17.	октябрь	23	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
18.	октябрь	25	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование	Кабинет №6	34

						мышц брюшного пояса		
19.	октябрь	28	19:00- 19:40	группов ая	2	1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса 2. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
20.	октябрь	30	19:00- 19:40	группов ая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
21.	ноябрь	1	19:00- 19:40	группов ая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
22.	ноябрь	4	19:00- 19:40	группов ая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
23.	ноябрь	6	19:00- 19:40	группов ая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо,	Кабинет №6	34

						кувырок, стоечка на лопатках		
24.	ноябрь	8	19:00- 19:40	групповая	2	1.Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках 2. Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
25.	ноябрь	11	19:00- 19:40	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
26.	ноябрь	13	19:00- 19:40	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
27.	ноябрь	15	19:00- 19:40	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
28.	ноябрь	18	19:00- 19:40	групповая	2	1.Подготовительный комплекс на ковриках 2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
29.	ноябрь	20	19:00- 19:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
30.	ноябрь	22	19:00- 19:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
31.	ноябрь	25	19:00- 19:40	групповая	2	Основы классического	Кабинет №6	34

						танца (занятия лицом к станку)		
32.	ноябрь	27	19:00- 19:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
33.	ноябрь	29	19:00- 19:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
34.	декабрь	2	19:00- 19:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
35.	декабрь	4	19:00- 19:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
36.	декабрь	6	19:00- 19:40	групповая	2	1.Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук) 2. Простые элементы народного танца	Кабинет №6	34
37.	декабрь	9	19:00- 19:40	групповая	2	Простые элементы народного танца	Кабинет №6	34
38.	декабрь	11	19:00- 19:40	групповая	2	Простые элементы народного танца	Кабинет №6	34
39.	декабрь	13	19:00- 19:40	групповая	2	Простые элементы	Кабинет №6	34

						народного танца		
40.	декабрь	16	19:00-19:40	групповая	2	1. Простые элементы народного танца 2. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Кабинет №6	34
41.	декабрь	18	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Кабинет №6	34
42.	декабрь	20	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	Кабинет №6	34
43.	декабрь	23	19:00-19:40	групповая	2	1. Упражнения, развивающие подъем стопы. 2. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34
44.	декабрь	25	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34
45.	декабрь	27	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	Кабинет №6	34
46.	январь	11	19:00-19:40	групповая	2	1. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. 2. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов	Кабинет №6	34
47.	январь	14	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения, развивающие подвижность	Кабинет №6	34

						тазобедренных суставов		
48.	январь	15	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения, развивающие выворотность ног.	Кабинет №6	34
49.	январь	17	19:00-19:40	групповая	2	1. Упражнения, развивающие выворотность ног. 2. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
50.	январь	20	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
51.	январь	22	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34
52.	январь	24	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34
53.	январь	25	19:00-19:40	групповая	2	1. Упражнения для развития шеи и плечевого пояса. 2. Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
54.	январь	29	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
55.	январь	31	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
56.	февраль	3	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие	Кабинет №6	34

						поясничного пояса.		
57.	февра ль	5	19:00- 19:40	группов ая	2	Упражнения на развитие поясничного пояса.	Кабинет №6	34
58.	февра ль	7	19:00- 19:40	группов ая	2	1. Упражнения на развитие поясничного пояса. 2. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Кабинет №6	34
59.	февра ль	10	19:00- 19:40	группов ая	2	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Кабинет №6	34
60.	февра ль	12	19:00- 19:40	группов ая	2	1. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног. 2. Теория дисциплины.	Кабинет №6	34
61.	февра ль	14	19:00- 19:40	группов ая	2	Ориентационно- пространственн ые упражнения .	Кабинет №6	34
62.	февра ль	17	19:00- 19:40	группов ая	2	Ориентационно- пространственн ые упражнения .	Кабинет №6	34
63.	февра ль	19	19:00- 19:40	группов ая	2	Ориентационно- пространственн ые упражнения .	Кабинет №6	34
64.	февра ль	21	19:00- 19:40	группов ая	2	Ориентационно- пространственн ые упражнения .	Кабинет №6	34
65.	февра ль	24	19:00- 19:40	группов ая	2	Ориентационно- пространственн ые упражнения .	Кабинет №6	34
66.	февра ль	26	19:00- 19:40	группов ая	2	Ориентационно- пространственн	Кабинет №6	34

						ые упражнения .		
67.	февраль	28	19:00-19:40	групповая	2	Ориентационно-пространственные упражнения .	Кабинет №6	34
68.	март	2	19:00-19:40	групповая	2	1.Ориентационно-пространственные упражнения . 2. Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
69.	март	4	19:00-19:40	групповая	2	Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
70.	март	6	19:00-19:40	групповая	2	Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
71.	март	9	19:00-19:40	групповая	2	Танцевальные элементы.	Кабинет №6	34
72.	март	11	19:00-19:40	групповая	2	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Кабинет №6	34
73.	март	13	19:00-19:40	групповая	2	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Кабинет №6	34
74.	март	16	19:00-19:40	групповая	2	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Кабинет №6	34
75.	март	18	19:00-19:40	групповая	2	1.Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки 2. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Кабинет №6	34
76.	март	20	19:00-19:40	групповая	2	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Кабинет №6	34
77.	март	23	19:00-	групповая	2	Танцевальные	Кабинет	34

			19:40	ая		этюды с элементами актерского мастерства.	№6	
78.	март	25	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
79.	март	27	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
80.	март	30	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
81.	апрель	1	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
82.	апрель	3	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
83.	апрель	6	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
84.	апрель	8	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
85.	апрель	10	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
86.	апрель	13	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
87.	апрель	15	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
88.	апрель	17	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
89.	апрель	20	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
90.	апрель	22	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
91.	апрель	24	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
92.	апрель	27	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
93.	апрель	29	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
94.	май	1	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
95.	май	4	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
96.	май	6	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
97.	май	11	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34

98.	май	13	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
99.	май	15	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
100.	май	18	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
101.	май	20	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
102.	май	22	19:00-19:40	групповая	2	1.Изучение танца 2. Итоговое занятие за год	Кабинет №6	34

Группа «Задоринки»

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Всего учебных недель
1.	сентябрь	16	18:00-18:40	групповая	2	1.Введение в образовательную программу 2. Элементы ритмики и музыкальной грамоты	Кабинет №6	34
2.	сентябрь	18	18:00-18:40	групповая	2	1.Элементы ритмики и музыкальной грамоты 2. Игры	Кабинет №6	34
3.	сентябрь	20	18:00-18:40	групповая	2	Игры	Кабинет №6	34
4.	сентябрь	23	18:00-18:40	групповая	2	1.Игры 2. Комбинации	Кабинет №6	34
5.	сентябрь	25	18:00-18:40	групповая	2	Комбинации	Кабинет №6	34
6.	сентябрь	27	18:00-18:40	групповая	2	Комбинации	Кабинет №6	34
7.	сентябрь	30	18:00-18:40	групповая	2	Комбинации	Кабинет №6	34
8.	октябрь	2	18:00-18:40	групповая	2	1.Комбинации 2. Постановка	Кабинет №6	34

						номеров		
9.	октябрь	4	18:00-18:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
10.	октябрь	7	18:00-18:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
11.	октябрь	9	18:00-18:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
12.	октябрь	11	18:00-18:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
13.	октябрь	14	18:00-18:40	групповая	2	1.Постановка номеров 2. Итоговое занятие за 1-е полугодие	Кабинет №6	34
14.	октябрь	16	18:00-18:40	групповая	2	Основы образно-игровой партерной гимнастики	Кабинет №6	34
15.	октябрь	18	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
16.	октябрь	21	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
17.	октябрь	23	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц,	Кабинет №6	34

						подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса		
18.	октябрь	25	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
19.	октябрь	28	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
20.	октябрь	30	18:00-18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, сточка на лопатках	Кабинет №6	34
21.	ноябрь	1	18:00-18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, сточка на лопатках	Кабинет №6	34
22.	ноябрь	4	18:00-18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо,	Кабинет №6	34

						кувырок, стоечка на лопатках		
23.	ноябрь	6	18:00- 18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
24.	ноябрь	8	18:00- 18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
25.	ноябрь	11	18:00- 18:40	групповая	2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стоечка на лопатках	Кабинет №6	34
26.	ноябрь	13	18:00- 18:40	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
27.	ноябрь	15	18:00- 18:40	групповая	2	Подготовительный комплекс на ковриках	Кабинет №6	34
28.	ноябрь	18	18:00- 18:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
29.	ноябрь	20	18:00- 18:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
30.	ноябрь	22	18:00- 18:40	групповая	2	Основы классического танца	Кабинет №6	34

						(занятия лицом к станку)		
31.	ноябрь	25	18:00-18:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
32.	ноябрь	27	18:00-18:40	групповая	2	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	Кабинет №6	34
33.	ноябрь	29	18:00-18:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
34.	декабрь	2	18:00-18:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
35.	декабрь	4	18:00-18:40	групповая	2	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	Кабинет №6	34
36.	декабрь	6	18:00-18:40	групповая	2	Элементы народного танца	Кабинет №6	34
37.	декабрь	9	18:00-18:40	групповая	2	Элементы народного танца	Кабинет №6	34
38.	декабрь	11	18:00-18:40	групповая	2	Элементы народного танца	Кабинет №6	34
39.	декабрь	13	18:00-18:40	групповая	2	Элементы народного танца	Кабинет №6	34
40.	декабрь	16	19:00-19:40	групповая	2	Парный танец	Кабинет №6	34
41.	декабрь	18	18:00-18:40	групповая	2	Парный танец	Кабинет №6	34
42.	декабрь	20	18:00-	групповая	2	Парный танец	Кабинет	34

	рь		18:40	ая			№6	
43.	декабрь	23	18:00-18:40	групповая	2	1.Парный танец 2. Основы современного танца	Кабинет №6	34
44.	декабрь	25	18:00-18:40	групповая	2	Основы современного танца	Кабинет №6	34
45.	декабрь	27	18:00-18:40	групповая	2	Основы современного танца	Кабинет №6	34
46.	январь	11	18:00-18:40	групповая	2	Основы современного танца	Кабинет №6	34
47.	январь	14	18:00-18:40	групповая	2	1.Основы современного танца 2. Работа в партере	Кабинет №6	34
48.	январь	15	18:00-18:40	групповая	2	Работа в партере	Кабинет №6	34
49.	январь	17	18:00-18:40	групповая	2	Работа в партере	Кабинет №6	34
50.	январь	20	18:00-18:40	групповая	2	Работа в партере	Кабинет №6	34
51.	январь	22	18:00-18:40	групповая	2	Работа в партере	Кабинет №6	34
52.	январь	24	18:00-18:40	групповая	2	1.Работа в партере 2. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Кабинет №6	34
53.	январь	25	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Кабинет №6	34
54.	январь	29	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Кабинет №6	34
55.	январь	31	18:00-18:40	групповая	2	1.Упражнения, укрепляющие мышцы спины. 2. Упражнения,	Кабинет №6	34

						развивающие подъем стопы.		
56.	февраль	3	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	Кабинет №6	34
57.	февраль	5	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	Кабинет №6	34
58.	февраль	7	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения, развивающие подъем стопы.	Кабинет №6	34
59.	февраль	10	18:00- 18:40	группов ая	2	1. Упражнения, развивающие подъем стопы. 2. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34
60.	февраль	12	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34
61.	февраль	14	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34
62.	февраль	17	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Кабинет №6	34
63.	февраль	19	18:00- 18:40	группов ая	2	1. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. 2. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	Кабинет №6	34
64.	февраль	21	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	Кабинет №6	34

65.	февраль	24	18:00-18:40	групповая	2	1. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. 2. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов	Кабинет №6	34
66.	февраль	26	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов	Кабинет №6	34
67.	февраль	28	18:00-18:40	групповая	2	1. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов 2. Упражнения, развивающие выворотность ног.	Кабинет №6	34
68.	март	2	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие выворотность ног.	Кабинет №6	34
69.	март	4	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие выворотность ног.	Кабинет №6	34
70.	март	6	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие выворотность ног.	Кабинет №6	34
71.	март	9	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения, развивающие выворотность ног.	Кабинет №6	34
72.	март	11	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие	Кабинет №6	34

						балетного шага.		
73.	март	13	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
74.	март	16	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
75.	март	18	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
76.	март	20	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Кабинет №6	34
77.	март	23	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34
78.	март	25	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34
79.	март	27	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34
80.	март	30	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Кабинет №6	34
81.	апрель	1	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
82.	апрель	3	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Кабинет №6	34
83.	апрель	6	18:00-18:40	групповая	2	Упражнения для развития плечевого	Кабинет №6	34

						сустава и рук.		
84.	апрел ь	8	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения на развитие поясничного пояса.	Кабинет №6	34
85.	апрел ь	10	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения на развитие поясничного пояса.	Кабинет №6	34
86.	апрел ь	13	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения на развитие поясничного пояса.	Кабинет №6	34
87.	апрел ь	15	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Кабинет №6	34
88.	апрел ь	17	18:00- 18:40	группов ая	2	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Кабинет №6	34
89.	апрел ь	20	18:00- 18:40	группов ая	2	1. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног. 2. Изучение Танца	Кабинет №6	34
90.	апрел ь	22	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
91.	апрел ь	24	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
92.	апрел ь	27	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
93.	апрел ь	29	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
94.	май	1	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
95.	май	4	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
96.	май	6	18:00- 18:40	группов ая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34

97.	май	11	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
98.	май	13	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
99.	май	15	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
100.	май	18	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
101.	май	20	18:00-18:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
102.	май	22	18:00-18:40	групповая	2	1.Изучение танца 2. Итоговое занятие за год	Кабинет №6	34

Группа «Малышки D»

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Всего учебных недель
1.	сентябрь	17	17:00-17:40	групповая	2	1.Введение в образовательную программу 2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
2.	сентябрь	19	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц	Кабинет №6	34

						брюшного пояса		
3.	сентябрь	21	14:30-15:10	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
4.	сентябрь	24	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
5.	сентябрь	26	17:00-17:40	групповая	2	1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса 2. Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
6.	сентябрь	28	14:30-15:10	групповая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
7.	октябрь	1	17:00-17:40	групповая	2	Основные элементы	Кабинет №6	34

						акробатики		
8.	октябрь	3	17:00-17:40	групповая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
9.	октябрь	5	14:30-15:10	групповая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
10.	октябрь	8	17:00-17:40	групповая	2	1.Основные элементы акробатики 2. Трюковые элементы	Кабинет №6	34
11.	октябрь	10	17:00-17:40	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
12.	октябрь	12	14:30-15:10	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
13.	октябрь	15	17:00-17:40	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
14.	октябрь	17	17:00-17:40	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
15.	октябрь	19	14:30-15:10	групповая	2	1.Трюковые элементы 2. Упражнения у станка	Кабинет №6	34
16.	октябрь	22	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
17.	октябрь	24	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
18.	октябрь	26	14:30-15:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
19.	октябрь	29	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
20.	октябрь	31	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
21.	ноябрь	2	14:30-15:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
22.	ноябрь	5	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
23.	ноябрь	7	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
24.	ноябрь	9	14:30-15:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
25.	ноябрь	12	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34

26.	ноябрь	14	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
27.	ноябрь	16	14:30-15:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
28.	ноябрь	19	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
29.	ноябрь	21	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
30.	ноябрь	23	14:30-15:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
31.	ноябрь	26	17:00-17:40	групповая	2	1. Упражнения на середине зала 2. Итоговое занятие за 1-е полугодие	Кабинет №6	34
32.	ноябрь	28	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
33.	ноябрь	30	14:30-15:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
34.	декабрь	3	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
35.	декабрь	5	17:00-17:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
36.	декабрь	7	14:30-15:10	групповая	2	1. Упражнения у станка 2. Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
37.	декабрь	10	17:00-17:40	групповая	2	Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
38.	декабрь	12	17:00-17:40	групповая	2	1. Элементы народного танца на середине зала 2. Постановка номеров	Кабинет №6	34
39.	декабрь	14	14:30-15:10	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
40.	декабрь	17	17:00-17:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
41.	декабрь	19	17:00-17:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
42.	декабрь	21	14:30-15:10	групповая	2	1. Итоговое занятие за 1-е	Кабинет №6	34

						полугодие 2. Уличный танец		
43.	декабрь	24	17:00-17:40	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
44.	декабрь	26	17:00-17:40	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
45.	декабрь	28	14:30-15:10	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
46.	январь	11	14:30-15:10	групповая	2	1. Уличный танец 2. Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
47.	январь	14	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
48.	январь	16	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
49.	январь	18	14:30-15:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
50.	январь	21	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
51.	январь	23	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
52.	январь	25	14:30-15:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
53.	январь	28	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
54.	январь	30	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
55.	февраль	1	14:30-15:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
56.	февраль	4	17:00-17:40	групповая	2	1. Комбинации и постановки. 2. Современный танец	Кабинет №6	34
57.	февраль	6	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
58.	февраль	8	14:30-15:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
59.	февраль	11	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34

60.	февраль	13	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
61.	февраль	15	14:30-15:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
62.	февраль	18	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
63.	февраль	20	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
64.	февраль	22	14:30-15:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
65.	февраль	25	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
66.	февраль	27	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
67.	февраль	29	14:30-15:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
68.	март	3	17:00-17:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
69.	март	5	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
70.	март	7	14:30-15:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
71.	март	10	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
72.	март	12	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
73.	март	14	14:30-15:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
74.	март	17	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
75.	март	19	17:00-17:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
76.	март	21	14:30-15:10	групповая	2	1.Комбинации и постановки. 2. Тело	Кабинет №6	34
77.	март	24	17:00-17:40	групповая	2	1.Тело 2. Усилие	Кабинет №6	34
78.	март	26	17:00-17:40	групповая	2	1.Усилие 2. Форма	Кабинет №6	34
79.	март	28	14:30-15:10	групповая	2	1.Форма 2.Пространство	Кабинет №6	34
80.	март	31	17:00-17:40	групповая	2	1.Пространство 2. Индивидуальны	Кабинет №6	34

						е и групповые творческие работы		
81.	апрель	2	17:00-17:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
82.	апрель	4	14:30-15:10	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
83.	апрель	7	17:00-17:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
84.	апрель	9	17:00-17:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
85.	апрель	11	14:30-15:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
86.	апрель	14	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
87.	апрель	16	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
88.	апрель	18	14:30-15:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
89.	апрель	21	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
90.	апрель	23	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
91.	апрель	25	14:30-15:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
92.	апрель	28	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
93.	апрель	30	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
94.	май	2	14:30-15:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
95.	май	5	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
96.	май	7	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
97.	май	12	17:00-	группов	2	Изучение танца	Кабинет	34

			17:40	ая			№6	
98.	май	14	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
99.	май	16	14:30-15:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
100.	май	19	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
101.	май	21	17:00-17:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
102.	май	23	14:30-15:10	групповая	2	1.Изучение танца 2. Итоговое занятие за год	Кабинет №6	34

Группа «Каприз»

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Всего учебных недель
1.	сентябрь	17	16:00-16:40	групповая	2	1.Введение в образовательную программу 2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
2.	сентябрь	19	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц	Кабинет №6	34

						брюшного пояса		
3.	сентябрь	21	13:30-14:10	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
4.	сентябрь	24	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
5.	сентябрь	26	16:00-16:40	групповая	2	1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса 2. Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
6.	сентябрь	28	13:30-14:10	групповая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
7.	октябрь	1	16:00-16:40	групповая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
8.	октябрь	3	16:00-16:40	групповая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
9.	октябрь	5	13:30-	групповая	2	Основные	Кабинет	34

	рь		14:10	ая		элементы акробатики	№6	
10.	октябрь	8	16:00-16:40	групповая	2	1.Основные элементы акробатики 2. Трюковые элементы	Кабинет №6	34
11.	октябрь	10	16:00-16:40	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
12.	октябрь	12	13:30-14:10	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
13.	октябрь	15	16:00-16:40	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
14.	октябрь	17	16:00-16:40	групповая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
15.	октябрь	19	13:30-14:10	групповая	2	1.Трюковые элементы 2. Упражнения у станка	Кабинет №6	34
16.	октябрь	22	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
17.	октябрь	24	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
18.	октябрь	26	13:30-14:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
19.	октябрь	29	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
20.	октябрь	31	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
21.	ноябрь	2	13:30-14:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
22.	ноябрь	5	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
23.	ноябрь	7	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34

24.	ноябрь	9	13:30-14:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
25.	ноябрь	12	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
26.	ноябрь	14	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
27.	ноябрь	16	13:30-14:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
28.	ноябрь	19	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
29.	ноябрь	21	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
30.	ноябрь	23	13:30-14:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
31.	ноябрь	26	16:00-16:40	групповая	2	1. Упражнения на середине зала 2. Итоговое занятие за 1-е полугодие	Кабинет №6	34
32.	ноябрь	28	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
33.	ноябрь	30	13:30-14:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
34.	декабрь	3	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
35.	декабрь	5	16:00-16:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
36.	декабрь	7	13:30-14:10	групповая	2	1. Упражнения у станка 2. Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
37.	декабрь	10	16:00-16:40	групповая	2	Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
38.	декабрь	12	16:00-	группов	2	1. Элементы	Кабинет	34

	рь		16:40	ая		народного танца на середине зала 2. Постановка номеров	№6	
39.	декабрь	14	13:30-14:10	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
40.	декабрь	17	16:00-16:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
41.	декабрь	19	16:00-16:40	групповая	2	Постановка номеров	Кабинет №6	34
42.	декабрь	21	13:30-14:10	групповая	2	1.Итоговое занятие за 1-е полугодие 2. Уличный танец	Кабинет №6	34
43.	декабрь	24	16:00-16:40	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
44.	декабрь	26	16:00-16:40	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
45.	декабрь	28	13:30-14:10	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
46.	январь	11	16:00-16:40	групповая	2	1. Уличный танец 2. Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
47.	январь	14	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
48.	январь	16	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
49.	январь	18	13:30-14:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
50.	январь	21	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
51.	январь	23	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34

52.	январь	25	13:30-14:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
53.	январь	28	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
54.	январь	30	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
55.	февраль	1	13:30-14:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
56.	февраль	4	16:00-16:40	групповая	2	1. Комбинации и постановки. 2. Современный танец	Кабинет №6	34
57.	февраль	6	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
58.	февраль	8	13:30-14:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
59.	февраль	11	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
60.	февраль	13	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
61.	февраль	15	13:30-14:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
62.	февраль	18	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
63.	февраль	20	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
64.	февраль	22	13:30-14:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
65.	февраль	25	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
66.	февраль	27	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34

67.	февраль	29	13:30-14:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
68.	март	3	16:00-16:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
69.	март	5	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
70.	март	7	13:30-14:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
71.	март	10	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
72.	март	12	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
73.	март	14	13:30-14:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
74.	март	17	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
75.	март	19	16:00-16:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
76.	март	21	13:30-14:10	групповая	2	1.Комбинации и постановки. 2. Тело	Кабинет №6	34
77.	март	24	16:00-16:40	групповая	2	1.Тело 2.Усиление	Кабинет №6	34
78.	март	26	16:00-16:40	групповая	2	1.Усиление 2.Форма	Кабинет №6	34
79.	март	28	13:30-14:10	групповая	2	1.Форма 2. Пространство	Кабинет №6	34
80.	март	31	16:00-16:40	групповая	2	1.Пространство 2.Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
81.	апрель	2	16:00-16:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34

82.	апрель	4	13:30-14:10	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
83.	апрель	7	16:00-16:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
84.	апрель	9	16:00-16:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
85.	апрель	11	13:30-14:10	групповая	2	1. Индивидуальные и групповые творческие работы 2. Изучение танца	Кабинет №6	34
86.	апрель	14	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
87.	апрель	16	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
88.	апрель	18	13:30-14:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
89.	апрель	21	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
90.	апрель	23	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
91.	апрель	25	13:30-14:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
92.	апрель	28	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
93.	апрель	30	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
94.	май	2	13:30-14:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
95.	май	5	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34

96.	май	7	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
97.	май	12	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
98.	май	14	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
99.	май	16	13:30-14:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
100.	май	19	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
101.	май	21	16:00-16:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
102.	май	23	13:30-14:10	групповая	2	1.Изучение танца 2. Итоговое занятие за год	Кабинет №6	34

Группа «Малышки Pro»

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Всего учебных недель
1.	сентябрь	17	19:00-19:40	групповая	2	1.Введение в образовательную программу 2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного	Кабинет №6	34

						пояса		
2.	сентябрь	19	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
3.	сентябрь	21	16:30-17:10	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
4.	сентябрь	24	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
5.	сентябрь	26	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет №6	34
6.	сентябрь	28	16:30-17:10	групповая	2	1. Упражнения на развитие эластичности	Кабинет №6	34

						мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса 2. Основные элементы акробатики		
7.	октябрь	1	19:00- 19:40	группов ая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
8.	октябрь	3	19:00- 19:40	группов ая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
9.	октябрь	5	16:30- 17:10	группов ая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
10.	октябрь	8	19:00- 19:40	группов ая	2	Основные элементы акробатики	Кабинет №6	34
11.	октябрь	10	19:00- 19:40	группов ая	2	1.Основные элементы акробатики 2. Трюковые элементы	Кабинет №6	34
12.	октябрь	12	16:30- 17:10	группов ая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
13.	октябрь	15	19:00- 19:40	группов ая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
14.	октябрь	17	19:00- 19:40	группов ая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
15.	октябрь	19	16:30- 17:10	группов ая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
16.	октябрь	22	19:00- 19:40	группов ая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
17.	октябрь	24	19:00- 19:40	группов ая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
18.	октябрь	26	16:30- 17:10	группов ая	2	Трюковые элементы	Кабинет №6	34
19.	октябрь	29	19:00- 19:40	группов ая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34

20.	октябрь	31	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
21.	ноябрь	2	16:30-17:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
22.	ноябрь	5	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
23.	ноябрь	7	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
24.	ноябрь	9	16:30-17:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
25.	ноябрь	12	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
26.	ноябрь	14	19:00-19:40	групповая	2	1. Упражнения у станка 2. Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
27.	ноябрь	16	16:30-17:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
28.	ноябрь	19	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
29.	ноябрь	21	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
30.	ноябрь	23	16:30-17:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
31.	ноябрь	26	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
32.	ноябрь	28	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
33.	ноябрь	30	16:30-17:10	групповая	2	Упражнения на середине зала	Кабинет №6	34
34.	декабрь	3	19:00-19:40	групповая	2	1. Итоговое занятие за 1-е полугодие 2. Упражнения у станка	Кабинет №6	34
35.	декабрь	5	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
36.	декабрь	7	16:30-17:10	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
37.	декабрь	10	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34
38.	декабрь	12	19:00-19:40	групповая	2	Упражнения у станка	Кабинет №6	34

39.	декабрь	14	16:30-17:10	групповая	2	Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
40.	декабрь	17	19:00-19:40	групповая	2	Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
41.	декабрь	19	19:00-19:40	групповая	2	Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
42.	декабрь	21	16:30-17:10	групповая	2	Элементы народного танца на середине зала	Кабинет №6	34
43.	декабрь	24	19:00-19:40	групповая	2	1.Элементы народного танца на середине зала 2. Постановки номеров	Кабинет №6	34
44.	декабрь	26	19:00-19:40	групповая	2	Постановки номеров	Кабинет №6	34
45.	декабрь	28	16:30-17:10	групповая	2	Постановки номеров	Кабинет №6	34
46.	январь	11	19:00-19:40	групповая	2	Постановки номеров	Кабинет №6	34
47.	январь	14	19:00-19:40	групповая	2	1.Постановки номеров 2. Итоговое занятие за 1-е полугодие	Кабинет №6	34
48.	январь	16	19:00-19:40	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
49.	январь	18	16:30-17:10	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
50.	январь	21	19:00-19:40	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
51.	январь	23	19:00-19:40	групповая	2	Уличный танец	Кабинет №6	34
52.	январь	25	16:30-17:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
53.	январь	28	19:00-19:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34

54.	январь	30	19:00-19:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
55.	февраль	1	16:30-17:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
56.	февраль	4	19:00-19:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
57.	февраль	6	19:00-19:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
58.	февраль	8	16:30-17:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
59.	февраль	11	19:00-19:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
60.	февраль	13	19:00-19:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
61.	февраль	15	16:30-17:10	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
62.	февраль	18	19:00-19:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
63.	февраль	20	19:00-19:40	групповая	2	Современный танец	Кабинет №6	34
64.	февраль	22	16:30-17:10	групповая	2	1. Современный танец 2. Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
65.	февраль	25	19:00-19:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
66.	февраль	27	19:00-19:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
67.	февраль	29	16:30-17:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
68.	март	3	19:00-19:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
69.	март	5	19:00-19:40	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
70.	март	7	16:30-17:10	групповая	2	Комбинации и постановки.	Кабинет №6	34
71.	март	10	19:00-19:40	групповая	2	1. Комбинации и постановки. 2. Тело	Кабинет №6	34
72.	март	12	19:00-19:40	групповая	2	Тело	Кабинет №6	34
73.	март	14	16:30-	группов	2	Тело	Кабинет	34

			17:10	ая			№6	
74.	март	17	19:00-19:40	групповая	2	Усилие	Кабинет №6	34
75.	март	19	19:00-19:40	групповая	2	Усилие	Кабинет №6	34
76.	март	21	16:30-17:10	групповая	2	1.Усилие 2. Форма	Кабинет №6	34
77.	март	24	19:00-19:40	групповая	2	Форма	Кабинет №6	34
78.	март	26	19:00-19:40	групповая	2	Форма	Кабинет №6	34
79.	март	28	16:30-17:10	групповая	2	Пространство	Кабинет №6	34
80.	март	31	19:00-19:40	групповая	2	Пространство	Кабинет №6	34
81.	апрель	2	19:00-19:40	групповая	2	1.Пространство 2. Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
82.	апрель	4	16:30-17:10	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
83.	апрель	7	19:00-19:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
84.	апрель	9	19:00-19:40	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
85.	апрель	11	16:30-17:10	групповая	2	Индивидуальные и групповые творческие работы	Кабинет №6	34
86.	апрель	14	19:00-19:40	групповая	2	1.Индивидуальные и групповые творческие работы 2. Итоговое занятие за год	Кабинет №6	34

87.	апрель	16	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
88.	апрель	18	16:30-17:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
89.	апрель	21	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
90.	апрель	23	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
91.	апрель	25	16:30-17:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
92.	апрель	28	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
93.	апрель	30	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
94.	май	2	16:30-17:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
95.	май	5	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
96.	май	7	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
97.	май	12	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
98.	май	14	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
99.	май	16	16:30-17:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
100.	май	19	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
101.	май	21	19:00-19:40	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34
102.	май	23	16:30-17:10	групповая	2	Изучение танца	Кабинет №6	34

2.2 Условия реализации программы

2.1 Материально - технические обеспечение

Помещение для занятий (хореографический кабинет).

1.Техническое оснащение (Акустическая система).

2.Форма для занятий: купальник, лосины, шорты, футболка, специальная обувь.

3. Дидактические материал: методические рекомендации, методические разработки авторских программ, аудиозаписи, видеозаписи, журналы, специальная литература.

2.3 Формы аттестации

2.3.1 Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Планируемые результаты, в соответствии с целью программы, отслеживаются и фиксируются в формах:

Видеозапись

Грамота

Готовая работа

Диплом

Журнал посещаемости

Портфолио

Фото

Сертификат

2.3.2 Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Образовательные результаты, в соответствии с целью программы, демонстрируются в формах:

Конкурс

Концерт

Открытое занятие

2.4 Методические материалы

- Особенности организации образовательного процесса – очный

- методы обучения: наглядный практический и воспитания: мотивация

- формы организации образовательного процесса: групповая

- формы организации учебного занятия: концерт, конкурс, открытое занятие, экзамен

- педагогические технологии: технология коллективного обучения, технология коллективной творческой деятельности

-дидактические материалы: задания, упражнения

2.5 Дистанционное обучение

Дистанционное обучение - способ организации процесса обучения, основанный на использовании современных информационных и телекоммуникационных технологий, позволяющих осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и учащимися. Для внедрения дистанционных форм обучения в образовательный процесс необходимо начать с модернизации существующих дополнительных общеобразовательных программ, поставить новые цели и задачи, представить ожидаемые результаты по изменению образовательного процесса, путем внедрения новой технологии. Основной целью внедрения дистанционных форм обучения в программу было создание условий учащимся для свободного доступа к информационным ресурсам и получения качественного образования с помощью дистанционного обучения для развития навыков самостоятельной работы. Основными задачами внедрения дистанционного обучения в образовательный процесс можно считать: пополнение информационного образовательного ресурса– объединения; создание единой образовательной информационной среды для– участников педагогического процесса; создание образовательного информационного Интернетпространства объединения, где размещается информация для учащихся и их– родителей; повышение конкурентоспособности личности через освоение– учащимися высоких технологий для успешного встраивания в систему общественных, профессиональных и межличностных отношений; увеличение эффективности коммуникативной деятельности в– режиме on-line (общение через сеть Интернет); формирование у учащихся потребность в систематическом и– системном повышении внутреннего потенциала, освоение способов познавательной деятельности в пространстве– дистанционного образования. Для наилучшего понимания изменения в деятельности педагога дополнительного образования можно представить важнейшие особенности дистанционного обучения: - необходимость стартового набора, в который входит комплект качественного технического обеспечение с выходом в Интернет, которое позволит эффективно осуществлять взаимодействие педагога и учащегося. А также важным условием для обеспечения успешной работы педагога и учащегося в системе дистанционного образования, является стартовые знания и умения в области владения компьютером, программным комплектом, для осуществления работы. - интерактивность образовательного процесса, заключающаяся в непрерывном взаимодействии всех участников обучающего процесса, где каждый учащийся в любой период обучения имеет доступ ко всем материалам обучения и к самому педагогу, который, в свою очередь открыт для обучающегося, как источник опыта в определенной области. - индивидуализация образовательного процесса, вытекает из принципа интерактивности, так как в дистанционном обучении открывается возможность индивидуализировать и персонифицировать процесс обучения. Педагогу легко наблюдать успехи и пробелы в обучении каждого

учащегося, так как весь процесс обучения зафиксирован. И в зависимости от запросов учащегося, а также на основе анализа собственных наблюдений, может применять индивидуальные методики и приемы дальнейшего обучения. А поскольку фактор времени становится не критичным, ученик может также выбрать свой темп изучения материала, т.е. может работать по индивидуальной программе, согласованной с общей программой курса. В результате внедрения дистанционных форм обучения в образовательном процессе увеличивается информационная емкость занятий, глубина подачи материала без усиления нервно-психической нагрузки на детей за счет роста индивидуально-мотивационной деятельности; активизируется самостоятельная деятельность учащихся; создаются комфортные условия для углубленного изучения предмета, за счет разнообразия в общении становятся более гармоничными отношения в рамках «педагог – учащийся», психологическая среда – комфортной, преобладает эффективное (конструктивное) общение.

2.6Список литературы:

- 1.Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983
- 2.Бриске И.Э. «Хореография» Челябинск, 1995
- 3.Ваганова А. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980
- 4.Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету». Москва, Издательство «ГИТИС» 1994
- 5.Джоан Ван дер Маст «Хрестоматия для преподавания современного танца», Челябинск, 2011г.
- 6.Ивлева Л.Д. «Джазовый танец», Учебное пособие. Челябинск, 1996г.
- 7.Крючек Е.С. из серии «Спорт в школе», 2008г.
- 8.Смирнова М.В.Методические разработки по классическому танцу. Москва, 1987. «Гимнастическая аэробика».
- 9.Кудрявцева Н.Ю. «Дополнительная образовательная программа Образцового ансамбля танца «Надежда». С любовью к России. г.Нижний Новгород. Издательство Век информации. Москва 2013г.
- 10.Сидоров В. Современный танец. М., Первина, 1922г.
- 11.Суриц Е.Я. Танец модерн. Маски современной культуры. М., 2002г.
- 12.Фокин М. Против течения. Л.- М., Искусство, 1962г.

13.Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М., Искусство, 1985г.

14.Шершнеv В.Г. «От ритмики к танцу», Москва 2008