

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА СРЕДНЕУРАЛЬСК
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»

Принято на заседании
Педагогического/методического совета
от «2» сентября 2024 г.
Протокол № 3

Утверждаю
Директор МБУ ДО «ДТ»
Ж.Г. Шамсимухаметова
«2» сентября 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СТУДИЯ ТАНЦА «ВОЛНА»

Срок реализации: 3 года (432 часа)
Возраст обучающихся: 7-16 лет

Автор-составитель:
Султанаева Ольга Илюшевна,
педагог дополнительного образования

г. Среднеуральск, 2024

Раздел № 1. Основные характеристики

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы – художественная.

Уровень программы 1 года обучения – стартовый, 2 и 3 года обучения – базовый.

Нормативно-правовая основа программы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013г.);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (Паспорт утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31. 03. 2022 г. № 678-р);
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 467 от 03.09.2019 г.);
- Концептуальные подходы к развитию дополнительного образования детей в Свердловской области (утверждены Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 06.05.2022 № 434-Д);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20, введены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изм. от 30 сентября 2020 года);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи от 18 ноября 2015 № 09-3242);
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Устав МБУ ДО «ДДТ».

Актуальность программы состоит в том, что программа соответствует требованиям программ нового поколения. Это позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося. Программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их социализации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Отличительная особенность программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разного уровня развития танцевальных навыков основные направления танца и пластики, включающие: ритмику, гимнастику, акробатику, современный танец. Кроме того, в программе использованы методы танце-двигательной терапии и психогимнастики, направленные на создание положительного психологического климата внутри хореографического коллектива. Такой метод направлен на коррекцию психического состояния каждого обучающегося, на снятие мышечных зажимов. Танцевальные занятия при этом рассматриваются как средства положительного воздействия на психофизиологию ребенка.

Адресат программы - дети 7-16-летнего возраста. Наполняемость группы до 15 человек. Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей и медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения. Программа предназначена для обучающихся любой степени предварительной подготовки и уровня базового образования, физически здоровые без противопоказаний к занятиям по хореографии, с устойчивым интересом к танцевальному творчеству. Половая принадлежность детей – мальчики и девочки. Группы формируются по возрастному принципу:

1 год обучения – дети в возрасте 7-10 лет,

2 год обучения – дети 8-10 лет,

3 год обучения – дети 11- 16 лет.

Режим занятий — 4 учебных часа в неделю по 45 минут, перерыв между учебными занятиями - 10 минут.

Объем программы - 432 учебных часа, по 144 часов в каждом году обучения.

Срок реализации программы - 3 года.

Особенности реализации программы в том, что образовательная программа была составлена на основе авторской образовательной программы «Солнечный мир танца» детского творческого объединения и образовательной программы эстрадно-циркового коллектива «Невский каскад» (г. Санкт-Петербург) с изменениями в сроках реализации программы. Отличие программы в том, что значительная часть занятий посвящена, с одной стороны, коррекции

психофизиологического состояния каждого обучающегося, с другой стороны, формированию сплоченного, единого коллектива. Также доля гимнастических элементов увеличена, акробатические элементы упрощены.

Формы обучения — очная. Формы организации деятельности воспитанников на занятии: групповая, индивидуальная, индивидуально-групповая, ансамблевая, с использованием дистанционных технологий.

Перечень видов занятий:

- практическое занятие;
- игра, праздник;
- конкурс, фестиваль;
- репетиция;
- концерт, открытый урок.

Перечень форм подведения итогов:

- концерт;
- зачет;
- конкурсы;
- открытое занятие;
- творческий проект;
- фестивали.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – развитие творческих способностей и потенциала ребенка посредством эстрадно-циркового и хореографического искусства.

Задачи:

Обучающие задачи в области хореографии:

- формировать знания техники безопасности на тренировках и выступлениях;
- расширять знания в области современного хореографического искусства, знакомить детей с историей возникновения и развития танца;
- обучать пониманию языка танца в сочетании с музыкой, умению анализировать средства композиционной выразительности танца;
- обеспечить поэтапное овладение основ экзерсиса у опоры и на середине зала;
- формировать умение красиво и четко выполнять гимнастические и акробатические элементы, соединения и композиции.

Развивающие задачи:

- снимать мышечные зажимы и психологическое торможение посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка, развивать физические качества (гибкость, скорость, ловкость, силу), выносливость и координацию;
- развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений посредством импровизационной работы;
- развивать творческую активность.

Воспитательные задачи:

- формировать культуру поведения и общения;
- прививать умение ребенка работать в коллективе;

- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия.

1.3. Учебный план

Разделы	Количество академических часов (теория/практика)			Формы промежуточной (итоговой) аттестации
	1 год обучения (стартовый уровень)	2 год обучения (базовый уровень)	3 год обучения (базовый уровень)	
1. Введение в программу	2(1/1)	2 (1/1)	2 (1/1)	Анкетирование Входящий мониторинг
2. Гимнастика и акробатика	38(5/33)	55 (7/48)	55 (7/48)	Зачет
3. Сценическая культура	17 (7/10)	5 (2/3)	5 (2/3)	Тестирование
4. Современный танец	66 (15/51)	66 (15,5/50,5)	66 (15,5/50,5)	Участие в мероприятиях Текущий мониторинг
5. Фэнтези-денс	18 (2)/16	12 (1/11)	6 (1/5)	Итоговый мониторинг Творческие проекты
6. Итоговые занятия	3 (0/3)	4 (0/4)	10 (0/10)	Отчетный концерт Конкурс, фестиваль
ИТОГО	144 (30/114)	144 (26,5/117,5)	144 (26,5/117,5)	

1.4. Учебный (тематический) план 1 года обучения

	Наименование раздела и тема занятий.	Теория	Практика	Всего	Форма контрля/аттестации
1.	<i>Раздел 1. Введение в программу</i>	1	1	2	Анкетирование Входящий мониторинг
2.	<i>Раздел 2. Гимнастика и акробатика</i>	5	33	38	Зачет
2.1.	Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног	0,5	3,5	4	
2.2.	Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук	0,5	3,5	4	
2.3.	Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища	0,5	3,5	4	
2.4.	Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость	0,5	4,5	5	
2.5	Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика	1	6	7	
2.6	Тема 2.6. Пластическая акробатика	1	7	8	
2.7	Тема 2.7. Вращение хула-хупов	1	5	6	
3.	<i>Раздел 3. Сценическая культура</i>	7	10	17	Тестирование
3.1.	Тема 3.1. Сцена, правила поведения на сцене и за кулисами	1	-	1	
3.2.	Тема 3.2. Актерское мастерство	1	2	3	

3.3.	Тема 3.3. Соло, дуэт, малые формы, группы	1	-	1	
3.4.	Тема 3.4. Простые рисунки танца	4	8	12	
3.4.1.	Диагональ	1	2	3	
3.4.2.	Галочка. Треугольник	1	2	3	
3.4.3.	Крест	1	2	3	
3.4.4.	Квадрат	1	2	3	
4.	Раздел 4. Современный танец	15	51	66	Участие в мероприятиях Текущий мониторинг
4.1.	Тема 4.1. Контемпорари	1	1	2	
4.2.	Тема 4.2. Комплекс упражнений	1	4	5	
4.3.	Тема 4.3. Положения рук и ног	1	2	3	
4.4.	Тема 4.4. Базовые положения тела	3	9	12	
4.4.1.	Roll down, Roll up, спираль.	0,5	1,5	2	
4.4.2.	Drop	0,5	1,5	2	
4.4.3.	Contract, Release	0,5	1,5	2	
4.4.4.	Эмбрион	0,5	1,5	2	
4.4.5.	Стол	0,5	1,5	2	
4.4.6.	Звезда	0,5	1,5	2	
4.5.	Тема 4.5. Базовые танцевальные движения	2,5	7,5	10	
4.5.1.	Свинг	0,5	1,5	2	
4.5.2.	Слайд	0,5	1,5	2	
4.5.3.	Подготовка к кульбиту	0,5	1,5	2	
4.5.4.	Флет	0,5	1,5	2	
4.5.5.	Браш	0,5	1,5	2	
4.6.	Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки	2	6	8	
4.6.1.	Jump	0,5	1,5	2	
4.6.2.	Leap	0,5	1,5	2	
4.6.3.	Нор	0,5	1,5	2	
4.6.4.	Прыжки с двух ног на одну	0,5	1,5	2	
4.7.	Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение	1,5	4,5	6	
4.7.1.	Перекаты	0,5	1,5	2	
4.7.2.	Разножка	0,5	1,5	2	
4.7.3.	Кувырки	0,5	1,5	2	
4.8.	Тема 4.8. Рисунки, переходы	2	6	8	
4.8.1.	Круг, полукруг.	0,5	1,5	2	
4.8.2.	Ручеек	0,5	1,5	2	
4.8.3.	Змейка	0,5	1,5	2	
4.8.4.	Спираль	0,5	1,5	2	
4.9.	Тема 4.9. Репетиционная	1	11	12	

	деятельность				
5.	Раздел 5. Фэнтези-денс	2	16	18	Итоговый мониторинг Творческие проекты
5.1.	Тема 5.1. Сценический образ	1	1	2	
5.2.	Тема 5.2. Творческий проект	1	15	16	
6.	Раздел 6. Итоговые занятия	-	3	3	Отчетный концерт Конкурс, фестиваль
6.1.	Тема 6.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ»	-	1	1	
6.2.	Тема 6.2. Концертная деятельность	-	2	2	
	Всего	41	103	144	

1.5. Содержание учебного плана 1 года обучения

Раздел 1. Введение в программу.

Теория. Обзор тем программы. Общая физическая подготовка. Выполнение базовых упражнений. Укрепление основных групп мышц. Развитие физических качеств. Показ презентации «Хореографическое искусство», беседа по теме. Термин «хореография». Возникновение танца, история развития хореографии. Показ презентации «Стили хореографии», беседа по теме. Выдающиеся личности каждого из стилей. Беседа с учащимися по технике безопасности, правилам поведения во время занятий, инструктаж по технике безопасности. Расписание занятий. Особенности внешнего вида учащегося.

Практика. Знакомство между учащимися, разучивание реверанса. Игры на сплочение коллектива «Дом», «Инопланетяне», «Улитка». Тестовые задания по теме «Хореография». Анкетирование учащихся, выявление их интересов и способностей. Входящий мониторинг.

Раздел 2. Гимнастика и акробатика.

Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.

Теория. Общая физическая подготовка. Выполнение базовых упражнений. Укрепление основных групп мышц. Развитие физических качеств. Икроножные мышцы, голеностопный сустав, ахиллово сухожилие, сила, ловкость, быстрота гибкость, выносливость.

Практика. Ходьба на носках. Ходьба на носках в полуприседе. Прыжки в полуприседе. Прыжки вверх со свободным взмахом слегка согнутыми руками вперед к верху. Прыжки вверх с разбега с поворотом на 180°, 360°.

Тема 2.2. Упражнения для развития силы рук.

Теория. Мышечная сила, мышцы рук, укрепление мышц, изометрия, отжимания.

Практика. В упоре лежа толчки руками от пола. Из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа. Из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади. Из упора лежа сзади толчком рук поворот в упор лежа. Передвижение на руках и ногах в упоре лежа сзади. Выход в стойку на руках.

Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища

Теория. Сокращение мышц, мышцы груди мышцы спины, мышцы живота.

Практика. Из упора лежа перейти в упор присев. Лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку. Лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении. Планка на локтях, ладонях. Кувырки вперед, назад, в сторону.

Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость.

Теория. Виды гибкости, плавность движений, свобода движений, амплитуда.

Практика. Махи ногами вперед, в сторону, назад. Упражнение «шпагат» (на правую ногу, на левую ногу поперечный). Наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя. Прогибы, назад стоя на ногах, стоя на коленях, лежа. Упражнение «мост». Ласточка. Рыбка.

Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.

Теория. Изучение техники выполнения акробатических элементов. Совершенствование двигательных навыков. Детализированное разучивание упражнений и соединений. Виды акробатики: статическая, динамическая, пластическая. Расстановка рук, распределение веса тела, балансировка, контроль равновесия.

Практика. Стойка на лопатках. Стойка на голове. Стойка на предплечьях. Стойка на руках. Выполнение сочетаний различных стоек. Колесо.

Тема 2.6. Пластическая акробатика.

Теория. Фигурно-композиционные элементы, плавность исполнения, максимальная гибкость, достаточный суплес, комбинации пластической акробатики.

Практика. Мост из положения стоя. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. Выход из положения стоя, в стойку на груди, перекат в положение лежа. Арабеск хватом ноги сзади. Стойка на руках с прогибом. Кульбит.

Тема 2.7. Жонглирование хула-хупами.

Теория. Правильная постановка рук, основная стойка жонглёра, традиционные предметы жонглирования, нетрадиционные предметы жонглирования, техника жонглирования.

Практика. Вращение хула-хупов (максимальное количество одновременно). Комбинации и переходы с хула-хупами.

Раздел 3. Сценическая культура.

Тема 3.1. Сцена, правила поведения.

Теория. Знакомство со сценой, планом сцены. Авансцена, занавес, кулисы. Танцевальные точки. Правила поведения во время выступления на сцене, за кулисами.

Практика. Расстановка обучающихся по линиям в зависимости от балетных данных. Игра «Светофор» на закрепление знаний.

Тема 3.2. Актерское мастерство.

Теория. Актер, актерское мастерство. Способы развития актерского мастерства. Мимика, жесты, эмоции.

Практика. Упражнения для мимики лица. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». Игры на развитие актерского мастерства «Угадай предмет», «Вообразули», «Смешной зоопарк», «Любимая игрушка». Танцевальный этюд «Мой сон».

Тема 3.3. Соло, дуэт, малые формы, группы.

Теория. Формы танцевального номера: соло, дуэт, малая форма, группа. Отличительные особенности данных форм, плюсы и минусы каждой формы.

Практика. Игры на сплочение коллектива «Построй дом», «Построй фигуру (круг, квадрат, звезду, сердце)», «Лабиринт». Упражнения для мимики лица. Танцевальная импровизация «Моя профессия».

Тема 3.4. Простые рисунки танца.

Подтема 3.4.1. Диагональ.

Теория. Рисунок танца, переходы между рисунками. Виды рисунков, линейные, объемные. Схемы рисунков танца.

Практика. Диагональ. Правила построения. Подвижная игра «Постройся по росту (цвету волос, цвету глаз, по длине волос и т.д.)». Построение в диагональ. Построение в две диагонали. Отработка движений в диагонали.

Подтема 3.4.2. Галочка. Треугольник.

Теория. Правила построения. Схема.

Практика. Игры на сплочение «Постройся по первой букве имени (по цвету обуви и т.д.)», «Лабиринт». Построение в галочку. Отработка движений в галочке. Построение в треугольники. Отработка движений в треугольниках. Игра на сплочение «Построй треугольник»

Подтема 3.4.3. Крест.

Теория. Линии, колонны. Рисунок крест, схема, правила построения.

Практика. Игры на сплочение «Постройся по первой букве имени (по цвету обуви и т.д.)», «Построй круг». Построения в линии, колонны, чередование, передвижения. Построение в крест. Отработка движений вкресте.

Подтема 3.4.4. Квадрат.

Теория. Квадрат. Правила перехода. Схема.

Практика. Игра на сплочение «Построй квадрат». Переходы по квадрату расческой. Отработка движений по квадрату расческой.

Раздел 4. Современный танец

Тема 4.1. Контемпорари.

Теория. История возникновения стиля контемпорари. Принципы исполнения танцевальных движений. Моноцентризм (изоляция). Танцевальный образ, костюм. Презентация «Контемпорари». Музыка в стиле контемпорари, характеристика музыкального произведения. Определение характера, темпа, ритма, динамики музыкального произведения постановки.

Практика. Игры на создание танцевального образа «Дождь», «Когда я...». Психогимнастика «Солнечный зайчик», «Ветер в руках». Танцевальные этюды «Сон», «Зазеркалье».

Тема 4.2. Комплекс упражнений.

Теория. Хореографический станок, правила работы со станком. Комплекс упражнений у станка, классический экзерсис, allegro. Строение костно-мышечного аппарата. Гимнастические коврики, их назначение. Партерная гимнастика, ее назначение.

Практика. Разучивание учебной комбинации у станка. Разучивание учебной комбинации на середине зала. Кросс: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Тема 4.3. Положения рук и ног.

Теория. Названия положений кисти, их перевод. Положения рук, просмотр видеоурока. Параллель и out. Позиции ног, просмотр видеоурока.

Практика. Сокращенное Flex и вытянутое положение стопы и кисти. Разучивание положений кисти: Rock hand, Fly hand, Jazz hand, French hand, Point hand. Разучивание позиции ног параллельные и выворотные: I, II, III, IV, V. Разучивание положений рук: I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, V-позиция, S-позиция, L-позиция, Bird, Египетская.

Тема 4.4. Базовые положения тела.

Подтема 4.4.1. Roll down, Roll up, спираль.

Теория. Roll down, Roll up, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание Roll down, Roll up. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление. Спираль.

Подтема 4.4.2. Drop.

Теория. Drop, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление Drop вперед, в сторону.

Подтема 4.4.3. Contract, Release.

Теория. Contract, Release, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание Contract (лежа, сидя), Release. Психогимнастика. Разучивание Contract (на коленях, стоя), Release.

Подтема 4.4.4. Эмбрион.

Теория. Эмбрион, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление положения эмбрион.

Подтема 4.4.5. Стол.

Теория. Стол, особенности исполнения.

Практика. Разучивание положения стол. Закрепление положения стол с подъемом.

Подтема 4.4.6. Звезда.

Теория. Положение тела звезда, особенности исполнения.

Практика. Закрепление положения тела звезда. Чередование положения тела звезда-эмбрион-звезда.

Тема 4.5. Базовые танцевальные движения.

Подтема 4.5.1. Свинг.

Теория. Свинг, перевод.

Практика. Разучивание и закрепление свингов руками. Разучивание и закрепление свингов ногами, корпусом.

Подтема 4.5.2. Слайд.

Теория. Изучение движения слайд, перевод. Просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание слайдов. Закрепление слайда в кроссе

Подтема 4.5.3. Подготовка к кульбиту.

Теория. Подготовка к кульбиту, кульбит, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание стойки на руках у стены. Положение тела «Свеча».

Падение со свечи. Разучивание и выполнение колеса с положения стоя. Разучивание и выполнение мостика. Выполнение кульбита.

Подтема 4.5.4. Флет бэк.

Теория. Флет, перевод, особенности исполнения, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление флет.

Подтема 4.5.5. Браш.

Теория. Браш, перевод.

Практика. Разучивание и закрепление браш.

Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки.

Подтема 4.6.1. Jump.

Теория. Jump, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с двух ног на две jump. Комбинация Jump с свингами.

Подтема 4.6.2. Leap.

Теория. Leap, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с одной ноги на другую на месте, с продвижением leap. Закрепление Leap в комбинации со свингами рук.

Подтема 4.6.3. Hop.

Теория. Прыжки Hop, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с одной ноги на ту же ногу hop. Закрепление hop в сочетании с шагами, руками.

Подтема 4.6.4. Прыжки с двух ног на одну.

Теория. Видеоуроки, техника исполнения прыжков.

Практика. Разучивание и закрепление прыжков с двух ног на одну.

Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение.

Подтема 4.7.1. Перекаты.

Теория. Перекаты, правила исполнения.

Практика. Выполнение перекатов эмбрион-звезда-эмбрион. Разучивание и закрепление перекатов с вытянутым корпусом.

Подтема 4.7.2. Разножка.

Теория. Техника безопасности при разножке. Видеоурок.

Практика. Выполнение перекатов с согнутыми коленями вместе, коленями врозь. Разучивание разножки на локтях, на спине.

Подтема 4.7.3. Кувырки.

Теория. Правила исполнения кувырков, техника безопасности.

Практика. Кувырки, вперед. назад. Выполнение элемента «березка». Кувырки назад с согнутыми коленями, с вытянутыми коленями. Кувырки с пасса, с носка с выходом в кошечку. Повторение всех движений в партере на продвижение.

Тема 4.8. Рисунки, переходы.

Подтема 4.8.1. Круг, полукруг.

Теория. Повторение танцевальных точек. Рисунок танца, переходы между рисунками. Виды рисунков, линейные, объемные. Схемы рисунков танца. Круг. Правила построения.

Практика. Подвижная игра «Кошки-мышки». Построение в круг, два круга, круг в круге, движения и переходы в круге. Построение в полукруг. Отработка движений в полукруге. Игра «Построй круг» (с закрытыми глазами).

Подтема 4.8.2. Ручеек.

Теория. Ручеек. Правила построения. Схема.

Практика. Повторение построения в шеренгу. Построение в ручеек. Переходы ручейком, отработка движений. Игра на сплочение «Лодочка». Игры на сплочение «Постройся по первой букве имени (по цвету обуви и т.д.),

Подтема 4.8.3. Змейка.

Теория. Змейка. Правила построения. Схема.

Практика. Построение в змейку. Переходы змейкой. Отработка движений в змейке. Игра «Лабиринт», «Улитка».

Подтема 4.8.4. Спираль.

Теория. Спираль. Правила построения. Схема.

Практика. Игра на сплочение «Построй круг». Переходы по спирали. Отработка движений по спирали.

Тема 4.9. Репетиционная деятельность.

Теория. Повторение терминов синхронность, сплоченность, техника, выразительность. Просмотр видео с танцами, разбор ошибок при исполнении. Сплоченность, командный дух

Практика. Изучение частей танца: экспозиция, завязка, развитие действий, кульминация, развязка. Разбор музыкального произведения постановки, выделение смысловых частей. Соотнесение музыки и частей танца. Определение характера, темпа, динамики, ритма музыкального сопровождения. Игра «Прохлопай любимую мелодию». Соединение движений в комбинации относительно частей танца. Отработка техники элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Отработка синхронности движений. Игры на сплочение «Построй дом», «Свечка». Отработка выразительности, игры на актерское мастерство «Зазеркалье», «Угадай фильм». Игры на сплочение коллектива «Скованные одной цепью». Индивидуальная работа с учащимися, отстающими в усвоении танцевальной постановки.

Раздел 5. Фэнтези-дэнс.

Тема 5.1. Сценический образ.

Теория. Беседа об эмоциональной выразительности. Обсуждение с учащимися о выбранных образах, способах создания образа.

Практика. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». Развитие актерского мастерства. Игры на актерское мастерство.

Тема 5.2. Творческий проект.

Теория. Творческий проект, этапы его создания. Роль импровизации в создании проекта.

Практика. Рисование костюма, грима, прически, подготовка дополнительного реквизита, подготовка презентации своего творческого проекта. Создание творческого проекта, работа над техникой исполнения. Отработка творческих проектов, работа над выразительностью исполнения. Представление результатов проекта перед педагогом и учащимися. Обсуждение успехов, ошибок, недочетов. Исправление ошибок и недочетов номеров. Подготовка костюмов, реквизита.

Раздел 6. Итоговые занятия.

Тема 6.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ».

Практика. Показ учащимися своего танцевального образа перед родителями. Подведение итогов, исходящий мониторинг критериев оценивания результативности усвоения учебной программы. Рефлексия.

Тема 6.2. Концертная деятельность.

Практика. Репетиция. Выступление. Подведение итогов, выявление ошибок. Рефлексия.

1.6. Учебный (тематический) план 2 года обучения

№	Название раздела, темы	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации/контроля
1.	<i>Раздел 1. Введение в программу</i>	1	1	2	Анкетирование Входящий мониторинг
2.	<i>Раздел 2. Гимнастика и акробатика</i>	7	48	55	Зачет Творческий проект
2.1.	Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног	0,5	3,5	4	
2.2.	Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук	0,5	3,5	4	
2.3.	Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища	0,5	3,5	4	
2.4.	Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость	0,5	4,5	5	
2.5.	Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика	1	6	7	
2.6.	Тема 2.6. Пластическая акробатика	1	7	8	
2.7.	Тема 2.7. Вращение хула-хупов	1	5	6	
2.8.	Тема 2.8. Самостоятельная творческая деятельность	2	15	17	
3.	<i>Раздел 3. Сценическая культура</i>	2	3	5	Тестирование
3.1.	Тема 3.1. Сцена, правила поведения на сцене и за кулисами	1	-	1	
3.2.	Тема 3.2. Актерское	1	3	4	

	мастерство				
4.	Раздел 4. Современный танец	15,5	50,5	66	Участие в мероприятиях Текущий мониторинг
4.1.	Тема 4.1. Модерн	1	1	2	
4.2.	Тема 4.2. Комплекс упражнений	1	4	5	
4.3.	Тема 4.3. Положения рук и ног	1	2	3	
4.4.	Тема 4.4. Базовые положения тела	3	9	12	
4.4.1.	Roll down, Roll up, спираль.	0,5	1,5	2	
4.4.2.	Drop	0,5	1,5	2	
4.4.3.	Contract, Release	0,5	1,5	2	
4.4.4.	Эмбрион	0,5	1,5	2	
4.4.5.	Стол	0,5	1,5	2	
4.4.6.	Звезда	0,5	1,5	2	
4.5.	Тема 4.5. Базовые танцевальные движения	2,5	7,5	10	
4.5.1.	Свинг	0,5	1,5	2	
4.5.2.	Слайд	0,5	1,5	2	
4.5.3.	Кульбит	0,5	1,5	2	
4.5.4.	Флет	0,5	1,5	2	
4.5.5.	Браш	0,5	1,5	2	
4.6.	Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки	2	6	8	
4.6.1.	Jump	0,5	1,5	2	
4.6.2.	Leap	0,5	1,5	2	
4.6.3.	Нор	0,5	1,5	2	
4.6.4.	Прыжки с двух ног на одну	0,5	1,5	2	
4.7.	Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере и на продвижение	2	4	6	
4.7.1.	Перекаты, разножка	0,5	1	1,5	
4.7.2.	Кувьрки	0,5	1	1,5	
4.7.3.	Шаги	0,5	1	1,5	
4.7.4.	Туры	0,5	1	1,5	
4.8.	Тема 4.8. Рисунки, переходы	2	6	8	
4.8.1.	Круг в круге	1	3	4	
4.8.2.	Звездочки	1	3	4	
4.9.	Тема 4.9. Репетиционная деятельность	1	11	12	
5.	Раздел 5. Фэнтези-денс	1	11	12	Творческий проект Итоговый мониторинг
5.1.	Тема 5.1. Сценический образ	1	1	2	
5.2.	Тема 5.2. Творческий проект	-	10	10	
6.	Раздел 6. Итоговые занятия	-	4	4	Отчетный концерт

6.1.	Тема 6.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ»	-	1	1	Конкурс, фестиваль
6.2.	Тема 6.2. Концертная деятельность	-	3	3	
	ИТОГО:	36,5	107,5	144	

1.7. Содержание учебного плана 2 года обучения

Раздел 1. Введение в программу.

Теория. Показ презентации «Хореографическое искусство», беседа по теме. Термин «хореография». Возникновение танца, история развития хореографии. Показ презентации «Стили хореографии», беседа по теме. Выдающиеся личности каждого из стилей. Показ презентации «Шоу-балет «Декамерон»». Беседа с учащимися по технике безопасности, правилам поведения во время занятий, инструктаж по технике безопасности. Расписание занятий. Особенности внешнего вида учащегося.

Практика. Знакомство между учащимися, разучивание реверанса. Игры на сплочение коллектива «Дом», «Инопланетяне», «Улитка». Тестовые задания по теме «Хореография». Анкетирование учащихся, выявление их интересов и способностей.

Раздел 2. Гимнастика и акробатика.

Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.

Теория. Основные жанры циркового искусства, классификация жанров, сочетание жанров. Внешнее и внутреннее сценическое пространство. Стилизация. Взаимопроникновение жанров. Классическое построение циркового номера. Художественная форма создания образа. Сценические эффекты. Икроножные мышцы, голеностопный сустав, ахиллово сухожилие, сила, ловкость, быстрота гибкость, выносливость.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 1 года обучения.

Тема 2.2. Упражнения для развития силы рук.

Теория. Мышечная сила, мышцы рук, укрепление мышц, изометрия, отжимания.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 1 года обучения.

Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища

Теория. Сокращение мышц, мышцы груди мышцы спины, мышцы живота.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 1 года обучения.

Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость

Теория. Виды гибкости, плавность движений, свобода движений, амплитуда.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 1 года обучения.

Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика

Теория. Изучение техники выполнения акробатических элементов.

Совершенствование двигательных навыков. Детализированное разучивание упражнений и соединений. Виды акробатики: статическая, динамическая, пластическая. Расстановка рук, распределение веса тела, балансировка, контроль равновесия.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 1 года обучения.

Тема 2.6. Пластическая акробатика

Теория. Фигурно-композиционные элементы, плавность исполнения, максимальная гибкость, достаточный суплес, комбинации пластической акробатики.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 1 года обучения.

Тема 2.7. Жонглирование хула-хупами.

Теория. Правильная постановка рук, основная стойка жонглёра, традиционные предметы жонглирования, нетрадиционные предметы жонглирования, техника жонглирования.

Практика. Вращение хула-хупов (максимальное количество одновременно). Комбинации и переходы с хула-хупами.

Тема 2.8. Самостоятельная творческая деятельность

Теория. Характер образа, костюм, перевоплощение, сценическая культура, общение со зрителем. Сценическое пространство, сценическое время, составные части концертного номера, особенность исполнения трюка. Виды сценических площадок, сценические эффекты, контрастные комбинации, музыкальное оформление, лаконичность исполнения концертного номера, специфика циркового костюма.

Практика. Создание образа. Воплощение образа в номере. Построение сюжетной линии. Использование музыки в номере. Использование световых эффектов. Сведение трюков в контрастные комбинации. Отработка дополнительных элементов номера. Улучшение техники выполнения трюков. Артистичность исполнения трюков. Подготовка концертного номера.

Раздел 3. Сценическая культура.

Тема 3.1. Сцена, правила поведения.

Теория. Знакомство со сценой, планом сцены. Авансцена, занавес, кулисы. Танцевальные точки. Правила поведения во время выступления на сцене, за кулисами.

Практика. Расстановка обучающихся по линиям в зависимости от балетных данных. Игра «Светофор» на закрепление знаний.

Тема 3.2. Актерское мастерство.

Теория. Актер, актерское мастерство. Способы развития актерского мастерства. Мимика, жесты, эмоции.

Практика. Упражнения для мимики лица. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». Игры на развитие актерского мастерства «Угадай предмет», «Вообразули», «Смешной зоопарк», «Любимая игрушка». Танцевальный этюд «Мой сон».

Раздел 4. Современный танец

Тема 4.1. Модерн

Теория. Просмотр презентации, история возникновения, особенности: положения рук и стоп, характер танца, художественные особенности. Просмотр видеозаписи с танцем.

Практика. Игры на развитие актерского мастерства.

Тема 4.2. Комплекс упражнений.

Теория. Хореографический станок, правила работы со станком. Комплекс упражнений у станка, классический экзерсис, allegro. Строение костно-мышечного аппарата. Гимнастические коврики, их назначение. Партерная гимнастика, ее назначение.

Практика. Разучивание учебной комбинации у станка. Разучивание учебной комбинации на середине зала. Кросс: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Тема 4.3. Положения рук и ног.

Теория. Названия положений кисти, их перевод. Положения рук, просмотр видеоурока. Параллель и out. Позиции ног, просмотр видеоурока.

Практика. Сокращенное Flex и вытянутое положение стопы и кисти. Разучивание положений кисти: Rock hand, Fly hand, Jazz hand, French hand, Point hand. Разучивание позиции ног параллельные и выворотные: I, II, III, IV, V. Разучивание положений рук: I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, V-позиция, S-позиция, L-позиция, Bird, Египетская.

Тема 4.4. Базовые положения тела.

Подтема 4.4.1. Roll down, Roll up, спираль.

Теория. Roll down, Roll up, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание Roll down, Roll up. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление. Спираль.

Подтема 4.4.2. Drop.

Теория. Drop, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление Drop вперед, в сторону.

Подтема 4.4.3. Contract, Release.

Теория. Contract, Release, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание Contract (лежа, сидя), Release. Психогимнастика. Разучивание Contract (на коленях, стоя), Release.

Подтема 4.4.4. Эмбрион.

Теория. Эмбрион, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление положения эмбрион.

Подтема 4.4.5. Стол.

Теория. Стол, особенности исполнения.

Практика. Разучивание положения стол. Закрепление положения стол с подъемом.

Подтема 4.4.6. Звезда.

Теория. Положение тела звезда, особенности исполнения.

Практика. Закрепление положения тела звезда. Чередование положения тела звезда-эмбрион-звезда.

Тема 4.5. Базовые танцевальные движения.

Подтема 4.5.1. Свинг.

Теория. Свинг, перевод.

Практика. Разучивание и закрепление свингов руками. Разучивание и закрепление свингов ногами, корпусом.

Подтема 4.5.2. Слайд.

Теория. Изучение движения слайд, перевод. Просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание слайдов. Закрепление слайда в кроссе

Подтема 4.5.3. Кульбит.

Теория. Подготовка к кульбиту, кульбит, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание стойки на руках у стены. Положение тела «Свеча». Падение со свечи. Разучивание и выполнение колеса с положения стоя. Разучивание и выполнение мостика. Выполнение кульбита.

Подтема 4.5.4. Флет бэк.

Теория. Флет, перевод, особенности исполнения, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление флет.

Подтема 4.5.5. Браш.

Теория. Браш, перевод.

Практика. Разучивание и закрепление браш.

Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки.

Подтема 4.6.1. Джамп.

Теория. Джамп, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с двух ног на две jump. Комбинация Джамп с свингами.

Подтема 4.6.2. Липар.

Теория. Липар, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с одной ноги на другую на месте, с продвижением липар. Закрепление Липар в комбинации со свингами рук.

Подтема 4.6.3. Нор.

Теория. Прыжки Нор, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с одной ноги на ту же ногу nor. Закрепление nor в сочетании с шагами, руками.

Подтема 4.6.4. Прыжки с двух ног на одну.

Теория. Видеоуроки, техника исполнения прыжков.

Практика. Разучивание и закрепление прыжков с двух ног на одну.

Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере и на продвижение.

Подтема 4.7.1. Разножка, перекаты.

Теория. Эмбрион. Перекаты, разножка, техника исполнения, безопасности.

Практика. Изучение позы эмбрион. Изучение Перекатов эмбрион-звезда-эмбрион. Изучение перекатов с разножкой.

Подтема 4.7.2. Кувырки.

Теория. Кувырки, техника исполнения. Облет, техника исполнения.

Практика. Разучивание Кувырков вперед назад с согнутыми ногами, с прямыми ногами. Изучение Кувырков вперед, назад с пасса, в шпагат. Облет.

Подтема 4.7.3. Шаги.

Теория. Кик. Шаги: Переступы, Слайды, поезд. Па де боре, техника исполнения.

Практика. Изучение движений Кик, Переступы с киком. Изучение слайдов, поезда, па де боре.

Подтема 4.7.4. Туры.

Теория. Шане. Тур, техника исполнения.

Практика. Изучение Простого тура, Тура в пассе. Чередование туров с шане.

Тема 4.8. Рисунки танца.

Подтема 4.8.1. Круг в круге.

Теория. Схема рисунка. Правила построения.

Практика. Движения и переходы в малом и большом круге.

Подтема 4.8.2. Звездочки.

Теория. Схема рисунка. Правила построения.

Практика. Движения в рисунке Звездочки. Переходы по звездочке.

Тема 4.9. Репетиционная работа.

Практика. Отработка синхронности, выразительности, техники исполнения. Отработка рисунков и переходов в танце.

Раздел 5. Фэнтези-дэнс.

Тема 5.1. Сценический образ.

Теория. Беседа об эмоциональной выразительности. Обсуждение с учащимися о выбранных образах, способах создания образа.

Практика. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». Развитие актерского мастерства. Игры на актерское мастерство.

Тема 5.2. Творческий проект.

Теория. Творческий проект, этапы его создания. Роль импровизации в создании проекта.

Практика. Рисование костюма, грима, прически, подготовка дополнительного реквизита, подготовка презентации своего творческого проекта. Создание творческого проекта, работа над техникой исполнения. Отработка творческих проектов, работа над выразительностью исполнения. Представление результатов проекта перед педагогом и учащимися. Обсуждение успехов, ошибок, недочетов. Исправление ошибок и недочетов номеров. Подготовка костюмов, реквизита.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Тема 6.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ».

Практика. Показ учащимися своего танцевального образа перед родителями. Подведение итогов, исходящий мониторинг критериев оценивания результативности усвоения учебной программы. Рефлексия.

Тема 6.2. Концертная деятельность.

Практика. Репетиция. Выступление. Подведение итогов, выявление ошибок. Рефлексия.

1.8. Учебный (тематический) план 3 года обучения

№	Название раздела, темы	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации/контроля
1.	<i>Раздел 1. Введение в программу</i>	1	1	2	Анкетирование Входящий мониторинг
2.	<i>Раздел 2. Гимнастика и акробатика</i>	7	48	55	Зачет Творческий проект
2.1.	Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног	0,5	3,5	4	
2.2.	Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук	0,5	3,5	4	
2.3.	Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища	0,5	3,5	4	
2.4.	Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость	0,5	4,5	5	
2.5.	Тема 2.5. Выполнение стойек, статическая акробатика	1	6	7	
2.6.	Тема 2.6. Пластическая акробатика	1	7	8	
2.7.	Тема 2.7. Вращение хула-хупов	1	5	6	
2.8.	Тема 2.8. Самостоятельная творческая деятельность	2	15	17	
3.	<i>Раздел 3. Сценическая культура</i>	2	3	5	Тестирование
3.1.	Тема 3.1. Сцена, правила поведения на сцене и за кулисами	1	-	1	
3.2.	Тема 3.2. Актерское мастерство	1	3	4	
4.	<i>Раздел 4. Современный танец</i>	15,5	50,5	66	Участие в мероприятиях Текущий мониторинг
4.1.	Тема 4.1. Модерн	1	1	2	
4.2.	Тема 4.2. Комплекс упражнений	1	4	5	
4.3.	Тема 4.3. Положения рук и ног	1	2	3	
4.4.	Тема 4.4. Базовые положения тела	3	9	12	
4.4.1.	Roll down, Roll up, спираль.	0,5	1,5	2	
4.4.2.	Drop	0,5	1,5	2	
4.4.3.	Contract, Release	0,5	1,5	2	
4.4.4.	Эмбрион	0,5	1,5	2	

4.4.5.	Стол	0,5	1,5	2	
4.4.6.	Звезда	0,5	1,5	2	
4.5.	Тема 4.5. Базовые танцевальные движения	2,5	7,5	10	
4.5.1.	Свинг	0,5	1,5	2	
4.5.2.	Слайд	0,5	1,5	2	
4.5.3.	Кульбит	0,5	1,5	2	
4.5.4.	Флет	0,5	1,5	2	
4.5.5.	Браш	0,5	1,5	2	
4.6.	Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки	2	6	8	
4.6.1.	Jump	0,5	1,5	2	
4.6.2.	Leap	0,5	1,5	2	
4.6.3.	Нор	0,5	1,5	2	
4.6.4.	Прыжки с двух ног на одну	0,5	1,5	2	
4.7.	Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере и на продвижение	2	4	6	
4.7.1.	Перекаты, разножка	0,5	1	1,5	
4.7.2.	Кувырки	0,5	1	1,5	
4.7.3.	Шаги	0,5	1	1,5	
4.7.4.	Туры	0,5	1	1,5	
4.8.	Тема 4.8. Рисунки, переходы	2	6	8	
4.9.	Тема 4.9. Репетиционная деятельность	1	11	12	
5.	Раздел 5. Фэнтези-денс	1	5	6	Творческий проект Итоговый мониторинг
5.1.	Тема 5.1. Сценический образ	1	1	2	
5.2.	Тема 5.2. Творческий проект	-	4	4	
6.	Раздел 6. Итоговые занятия	-	10	10	Отчетный концерт Конкурс, фестиваль
6.1.	Тема 6.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ»	-	1	1	
6.2.	Тема 6.2. Концертная деятельность	-	9	9	
	ИТОГО:	27,5	116,5	144	

1.9. Содержание учебного плана 3 года обучения

Раздел 1. Введение в программу.

Теория. Показ презентации «Шоу-балет Аллы Духовой». Беседа с учащимися по технике безопасности, правилам поведения во время занятий, инструктаж по технике безопасности. Расписание занятий. Особенности

внешнего вида учащегося.

Практика. Знакомство между учащимися, разучивание реверанса. Игры на сплочение коллектива «Дом», «Инопланетяне», «Улитка». Тестовые задания по теме «Хореография». Анкетирование учащихся, выявление их интересов и способностей.

Раздел 2. Гимнастика и акробатика.

Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.

Теория. Основные жанры циркового искусства, классификация жанров, сочетание жанров. Внешнее и внутреннее сценическое пространство. Стилизация. Взаимопроникновение жанров. Классическое построение циркового номера. Художественная форма создания образа. Сценические эффекты. Икроножные мышцы, голеностопный сустав, ахиллово сухожилие, сила, ловкость, быстрота гибкость, выносливость.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 2 года обучения.

Тема 2.2. Упражнения для развития силы рук.

Теория. Мышечная сила, мышцы рук, укрепление мышц, изометрия, отжимания.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 2 года обучения.

Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища

Теория. Сокращение мышц, мышцы груди, мышцы спины, мышцы живота.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 2 года обучения.

Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость

Теория. Виды гибкости, плавность движений, свобода движений, амплитуда.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 2 года обучения.

Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика

Теория. Изучение техники выполнения акробатических элементов. Совершенствование двигательных навыков.

Детализированное разучивание упражнений и соединений.

Виды акробатики: статическая, динамическая, пластическая.

Расстановка рук, распределение веса тела, балансировка, контроль равновесия.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 2 года обучения.

Тема 2.6. Пластическая акробатика

Теория. Фигурно-композиционные элементы, плавность исполнения, максимальная гибкость, достаточный суплес, комбинации пластической акробатики.

Практика. Совершенствование и усложнение упражнений и элементов 2 года обучения.

Тема 2.7. Жонглирование хула-хупами.

Теория. Правильная постановка рук, основная стойка жонглёра,

традиционные предметы жонглирования, нетрадиционные предметы жонглирования, техника жонглирования.

Практика. Вращение хула-хупов (максимальное количество одновременно). Комбинации и переходы с хула-хупами.

Тема 2.8. Самостоятельная творческая деятельность

Теория. Характер образа, костюм, перевоплощение, сценическая культура, общение со зрителем. Сценическое пространство, сценическое время, составные части концертного номера, особенность исполнения трюка. Виды сценических площадок, сценические эффекты, контрастные комбинации, музыкальное оформление, лаконичность исполнения концертного номера, специфика циркового костюма.

Практика. Создание образа. Воплощение образа в номере. Построение сюжетной линии. Использование музыки в номере. Использование световых эффектов. Сведение трюков в контрастные комбинации. Отработка дополнительных элементов номера. Улучшение техники выполнения трюков. Артистичность исполнения трюков. Подготовка концертного номера.

Раздел 4. Современный танец

Тема 4.1. Модерн

Теория. Просмотр презентации, история возникновения, особенности: положения рук и стоп, характер танца, художественные особенности. Просмотр видеозаписи с танцем.

Практика. Игры на развитие актерского мастерства.

Тема 4.2. Комплекс упражнений.

Теория. Хореографический станок, правила работы со станком. Комплекс упражнений у станка, классический экзерсис, allegro. Строение костно-мышечного аппарата. Гимнастические коврики, их назначение. Партерная гимнастика, ее назначение.

Практика. Разучивание учебной комбинации у станка. Разучивание учебной комбинации на середине зала. Кросс: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Тема 4.3. Положения рук и ног.

Теория. Названия положений кисти, их перевод. Положения рук, просмотр видеоурока. Параллель и out. Позиции ног, просмотр видеоурока.

Практика. Сокращенное Flex и вытянутое положение стопы и кисти. Разучивание положений кисти: Rock hand, Fly hand, Jazz hand, French hand, Point hand. Разучивание позиции ног параллельные и выворотные: I, II, III, IV, V. Разучивание положений рук: I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, V-позиция, S-позиция, L-позиция, Bird, Египетская.

Тема 4.4. Базовые положения тела.

Подтема 4.4.1. Roll down, Roll up, спираль.

Теория. Roll down, Roll up, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание Roll down, Roll up. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление. Спираль.

Подтема 4.4.2. Drop.

Теория. Drop, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление Дгор вперед, в сторону.

Подтема 4.4.3. Contract, Release.

Теория. Contract, Release, перевод, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание Contract (лежа, сидя), Release. Психогимнастика. Разучивание Contract (на коленях, стоя), Release.

Подтема 4.4.4. Эмбрион.

Теория. Эмбрион, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление положения эмбрион.

Подтема 4.4.5. Стол.

Теория. Стол, особенности исполнения.

Практика. Разучивание положения стол. Закрепление положения стол с подъемом.

Подтема 4.4.6. Звезда.

Теория. Положение тела звезда, особенности исполнения.

Практика. Закрепление положения тела звезда. Чередование положения тела звезда-эмбрион-звезда.

Тема 5.5. Базовые танцевальные движения.

Подтема 4.5.1. Свинг.

Теория. Свинг, перевод.

Практика. Разучивание и закрепление свингов руками. Разучивание и закрепление свингов ногами, корпусом.

Подтема 4.5.2. Слайд.

Теория. Изучение движения слайд, перевод. Просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание слайдов. Закрепление слайда в кроссе

Подтема 4.5.3. Кульбит.

Теория. Подготовка к кульбиту, кульбит, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание стойки на руках у стены. Положение тела «Свеча». Падение со свечи. Разучивание и выполнение колеса с положения стоя. Разучивание и выполнение мостика. Выполнение кульбита.

Подтема 4.5.4. Флет бэк.

Теория. Флет, перевод, особенности исполнения, просмотр видеоурока.

Практика. Разучивание и закрепление флет.

Подтема 4.5.5. Браш.

Теория. Браш, перевод.

Практика. Разучивание и закрепление браш.

Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки.

Подтема 4.6.1. Джамп.

Теория. Джамп, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с двух ног на две jump. Комбинация Джамп с свингами.

Подтема 4.6.2. Лип.

Теория. Лип, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с одной ноги на другую на месте, с продвижением лип. Закрепление Лип в комбинации со свингами рук.

Подтема 4.6.3. Нор.

Теория. Прыжки Нор, перевод.

Практика. Разучивание прыжков с одной ноги на ту же ногу нор. Закрепление нор в сочетании с шагами, руками.

Подтема 4.6.4. Прыжки с двух ног на одну.

Теория. Видеоуроки, техника исполнения прыжков.

Практика. Разучивание и закрепление прыжков с двух ног на одну.

Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере и на продвижение.

Подтема 4.7.1. Разножка, перекаты.

Теория. Эмбрион. Перекаты, разножка, техника исполнения, безопасности.

Практика. Изучение позы эмбрион. Изучение Перекатов эмбрион-звезда-эмбрион. Изучение перекатов с разножкой.

Подтема 4.7.2. Кувырки.

Теория. Кувырки, техника исполнения. Облет, техника исполнения.

Практика. Разучивание Кувырков вперед назад с согнутыми ногами, с прямыми ногами. Изучение Кувырков вперед, назад с пасса, в шпагат. Облет.

Подтема 4.7.3. Шаги.

Теория. Кик. Шаги: Переступы, Слайды, поезд. Па де боре, техника исполнения.

Практика. Изучение движений Кик, Переступы с киком. Изучение слайдов, поезда, па де боре.

Подтема 4.7.4. Туры.

Теория. Шане. Тур, техника исполнения.

Практика. Изучение Простого тура, Тура в пасса. Чередование туров с шане.

Тема 4.8. Рисунки танца.

Теория. Схема рисунка. Правила построения.

Практика. Движения в рисунках. Переходы между рисунками.

Тема 4.9. Репетиционная работа.

Практика. Отработка синхронности, выразительности, техники исполнения. Отработка рисунков и переходов в танце.

Раздел 5. Фэнтези-дэнс.

Тема 5.1. Сценический образ.

Теория. Беседа об эмоциональной выразительности. Обсуждение с учащимися о выбранных образах, способах создания образа.

Практика. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». Развитие актерского мастерства. Игры на актерское мастерство.

Тема 5.2. Творческий проект.

Теория. Творческий проект, этапы его создания. Роль импровизации в создании проекта.

Практика. Рисование костюма, грима, прически, подготовка дополнительного реквизита, подготовка презентации своего творческого проекта. Создание творческого проекта, работа над техникой исполнения. Отработка творческих проектов, работа над выразительностью исполнения. Представление результатов проекта перед педагогом и учащимися. Обсуждение

успехов, ошибок, недочетов. Исправление ошибок и недочетов номеров. Подготовка костюмов, реквизита.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Тема 6.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ».

Практика. Показ учащимися своего танцевального образа перед родителями. Подведение итогов, исходящий мониторинг критериев оценивания результативности усвоения учебной программы. Рефлексия.

Тема 6.2. Концертная деятельность.

Практика. Репетиция. Выступление. Подведение итогов, выявление ошибок. Рефлексия.

1.10. Планируемые результаты

К концу 1 года обучения:

Предметные

Должен знать

- технику безопасности на тренировках и выступлениях;
- правильное выполнение основных акробатических и гимнастических

элементов, элементов танца контемпорари;

Должен уметь

- владеть своим телом.

Метапредметные

- воспитание этики отношений.

Личностные

- возросшая уверенность в себе;
- сознательная тренировочная деятельность;
- формирование правильной осанки, коррекция фигуры.

К концу 2 года обучения:

Предметные

Должен знать:

- элементы акробатики, гимнастики и современного танца.

Должен уметь:

- оценивать физическое состояние и регулировать его в процессе тренировочной деятельности;
- применять элементы в постановочном процессе.

Метапредметные

- развитие творческих способностей.

Личностные

- развитие силы, ловкости, гибкости;
- формирование правильной осанки, коррекция фигуры.

К концу 3 года обучения:

Предметные

Должен знать:

- сценическую культуру в результате активной концертной деятельности;
- комбинации элементов акробатики, гимнастики и современного танца.

Должен уметь:

- создавать самостоятельную концертную программу.

Метапредметные

- формирование навыков сотрудничества.

Личностные

- проявление собственного восприятия музыки через импровизацию;
- активная помощь старших участников коллектива младшим;
- формирование правильной осанки, коррекция фигуры.

Раздел № 2. Организационно-педагогические условия

2. 1. Календарный учебный график программы

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	1 г.о.	2 г.о.	3 г.о.
1	Количество учебных недель	36	36	36
2	Количество учебных дней	72	72	72
3	Количество часов в неделю	4	4	4
4	Количество часов	144	144	144
5	Неделя I полугодия	17	17	17
6	Неделя II полугодия	19	19	19
7	Начало занятий	02.09.2024	02.09.2024	03.09.2024
8	Каникулы	31.12.2024-08.01.2025	31.12.2024-08.01.2025	31.12.2024-08.01.2025
9	Выходные дни	4.11.24, 24.02.25, 1.05.25, 9.05.25	4.11.24, 24.02.25, 1.05.25, 9.05.25	4.11.24, 24.02.25, 1.05.25, 9.05.25
10	Окончание учебного года	25.05.25	25.05.25	25.05.25

2.2. Условия реализации программы.

Занятия проводятся в просторном, светлом, отапливаемом зале, с возможностью естественного проветривания.

Танцевальный зал оснащен гимнастическими ковриками, спортивным инвентарем (скакалки, обручи, мячи, гимнастические палочки), зеркалами, станком, музыкальным оборудованием.

Для концертной деятельности имеются танцевальные костюмы, танцевальные реквизиты.

Кадровое обеспечение: Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее или среднее профессиональное образование в области, соответствующему профилю детского объединения (хореография) без предъявления требований к стажу работы и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика». При реализации программы используются следующие методы обучения:

- словесные методы основываются на объяснении, беседе, рассказе;
- практические — двигательной активности, обучении навыкам хореографии;
- наглядный метод (наглядно-слуховой прием, наглядно-зрительный прием).

При реализации программы используются следующие технологии:

- технология разноуровневого обучения;
- здоровьесберегающая технология;
- технология проектной деятельности,
- игровые технологии,
- ИКТ.

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 15-20 минут.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений, повтор изученного материала.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности –10-15 минут.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Федеральный закон № 273-ФЗ не предусматривает проведение итоговой аттестации по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам (ст.75), но и не запрещает ее проведение (ст.60).

Формы аттестации осуществляется в форме творческого отчета в конце учебного года. Один-два раза в год проводятся открытые занятия, на которых родители могут увидеть групповые и индивидуальные результаты учащихся. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ творческих достижений детей. В объединении «Студия танца «Волна»» используется рейтинговая система успешности учащихся. По итогам рейтинговой системы, в конце учебного года обучающие принимают участие в конкурсе «Гранд – ДДТ», участвуют в отчётном концерте. В течение учебного года детям предоставляется возможность участвовать в разно уровневых концертах, фестивалях, конкурсах.

Также результативность оценивается по усвоению детьми теоретического материала (знание классической терминологии, усвоение материала по разделам программы). В поле зрения педагога также наблюдение за атмосферой внутри танцевальной группы, за уровнем сплоченности детей, за психологическим состоянием каждого обучающегося, насколько ребенок комфортно чувствует себя внутри коллектива.

Оценочные материалы включают в себя: □ дневник педагогических наблюдений; □ чековые книжки; □ концерты, фестивали, конкурсы; □ открытые занятия; □ отчетные выступления.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале обучения проводится мониторинг исходного уровня владения навыками, затем в середине года текущий мониторинг, и в конце учебного года исходящий

мониторинг.

Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным, текущим и исходящим мониторингом позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня. Уровни владения навыками делятся на высокий, средний и низкий.

Процедура оценки эффективности обучения на соответствующем этапе предполагает соотнесение следующих параметров и критериев с уровнями хореографической подготовки (см. Приложение 2):

Параметры	Критерии
Теоретическая подготовка	• теоретические знания • владение специальной терминологией
Балетные данные	• осанка • выворотность • танцевальный шаг • подъем стопы • гибкость • прыжок
Музыкально-ритмические способности	• музыкально-ритмическая координация
Сценическая культура	• эмоциональная выразительность
Работа в коллективе	• адаптация к коллективу • участие в мероприятиях, посещаемость.

- Теоретические знания – это знание по основным разделам учебно-тематического плана программы.
- Владение специальной терминологией предполагает осмысленность и правильность ее использования.
- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.
- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

- Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).
- Музыкально – ритмическая координация — это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.
- Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене, способность создать сценический образ.
- Работа в коллективе - дополнительный критерий, по которому оценивается вовлеченность учащихся в результат работы всего коллектива. В поле зрения педагога наблюдение за атмосферой внутри танцевальной группы, за уровнем сплоченности детей, за психологическим состоянием каждого учащегося, насколько ребенок комфортно чувствует себя внутри коллектива.

2.4. Список литературы

Для педагогов:

1. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2004.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца, Л. 1973.
3. Васильева Т.И. Балетная осанка, методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств, М, ГИТИС, 1993
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
5. Иванов И.П. Педагогика коллективной творческой деятельности. Псков. 1998г.
6. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в УДО «Акробатика» «Владос» М. 2003г.
7. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988.
8. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
9. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.
10. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
11. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
12. Игры в школе. - М.: АСТ, 2000.
13. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
14. Хореографическое искусство. Справочник. – М.: Искусство. – 2005. с
15. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
16. Интернет-ресурсы.

Для родителей и обучающихся:

1. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
2. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - Просвещение, 1991.
3. Кудрявцев В.Т. Развитие детства и развивающее образование – Ч. 1. / В.Т. Кудрявцев –Дубна, 1997г. – 206с.
4. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982.

Приложение 1. Учебно-методический комплекс к образовательной программе

Учебно-методический компонент для детей и педагогов

Тематические папки:

- «Хореографическое искусство».
- «Строение костно-мышечного аппарата».
- «Общая физическая подготовка».
- «Динамическая акробатика».
- «Статическая акробатика».
- «Пластическая акробатика».
- «Вращение хула-хупов».
- «Создание образа в номере».

Наглядные материалы к темам:

- «Таблицы и схемы выполнения акробатических элементов»
- «Составление фигур из хула-хупов»
- «Создание образа в номере»

Советы для начинающих:

- Правила техники безопасности.
- Правила поведения во время выступлений.
- Правила оформления и хранения реквизита

Методические разработки:

- «Азбука контемпорари»,
- «Оригинальные способы вращения хула-хупов».

Электронные образовательные ресурсы

- Презентации: «Русский балет», «Контемпорари», «Стили хореографии», «Шоу-балет «Декамерон»», «Шоу-балет Аллы Духовой» «Кантри», «Фараоник», «Восточный танец» «Модерн», «Школа русского балета им А.Я. Вагановой»,
- «Невский каскад».

Видеоматериалы:

- Видеозаписи с танцевальными постановками.
- Концерты и выступления коллективов.
- Сборник выступлений лучших цирковых номеров мира.
- Сборник программ цирка Дю Солей.
- Художественная гимнастика с обручем.

Воспитательный компонент.

- Устав детского объединения.

Работа с родителями.

- Анкеты.
- Рекомендации по выполнению домашних заданий.
- Советы по оформлению циркового реквизита.

Компонент результативности.

Чековая книжка
Зачетная книжка
Перечень достижений учащихся
Дипломы, награды, сертификаты

Приложение 2

Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки на всех этапах

	Высокий	Средний	Низкий
Теоретическая подготовка	Ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой, специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	Объем усвоенных знаний составляет более 1/2, ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой.	Ребёнок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой, как правило, избегает употреблять специальные термины.
Балетные данные	Хорошая осанка. Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах). Танцевальный шаг от 120°. Высокий подъем стопы. Очень хорошая гибкость. Легкий высокий прыжок.	Не очень хорошая осанка. Выворотность в 2 из 3 суставов. Танцевальный шаг 90°. Средний подъем. Не очень хорошая гибкость. Легкий средний прыжок.	Плохая осанка. Выворотность в 1 из 3 суставов. Танцевальный шаг ниже 90°. Низкий подъем. Плохая гибкость. Нет прыжка.
Музыкально-ритмические способности	Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов - нервная, мышечная, двигательная). Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку.	Координация движений 2 показателя из 3. Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку.	Координации движений 1 показатель из 3. Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением.
Сценическая культура	Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене. Создание сценического	Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене. Создание	Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене. Не может создать сценический образ.

	образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ	сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ	
Работа в коллективе	Пропуски практически отсутствуют, участие во всех запланированных мероприятиях, полная адаптация к коллективу.	Пропуски не более 50% всех проведенных занятий, участие в некоторых запланированных мероприятиях, адаптация к коллективу положительная.	Пропуски более половины занятий, участия в мероприятиях нет, адаптация затруднена.

Содержание рабочей программы 1 года обучения

№ п/п	Дата			Название раздела, темы занятия	Краткое содержание занятий	Форма контроля
	Месяц	Число	Кол-во часов			
1.	Сентябрь		2	Раздел 1. Введение в программу.	1. Показ презентации «Хореографическое искусство», беседа по теме. Термин «хореография». Возникновение танца, история развития хореографии. 2. Показ презентации «Стили хореографии», беседа по теме. Выдающиеся личности каждого из стилей. 3. Беседа с учащимися по технике безопасности, правилам поведения во время занятий, инструктаж по технике безопасности. Расписание занятий. Особенности внешнего вида учащегося. 4. Знакомство между учащимися, разучивание реверанса. Игры на сплочение коллектива «Дом», «Инопланетяне», «Улитка». 5. Тестовые задания по теме «Хореография». 6. Анкетирование учащихся, выявление их интересов и способностей.	Беседа, тестирование, входящая диагностика.
2.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.	1. Показ презентации «Невский каскад», беседа по теме. 2. Общая физическая подготовка. 3. Развитие физических качеств. 4. Строение тела, правила выполнения упражнений в динамике, статике. Правильное дыхание во время разминки. 5. Икроножные мышцы, голеностопный сустав, ахиллово сухожилие, сила, ловкость, быстрота гибкость, выносливость. 6. Разминка. 7. Кросс – ходьба на носках и в полуприседе, прыжки в полуприседе. 8. Заминка.	Беседа Практический метод Педагогическое наблюдение
3.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.	1. Разминка. 2. Кросс – ходьба на носках и в полуприседе, прыжки в полуприседе, прыжки вверх со свободным взмахом слегка согнутыми руками вперед кверху, прыжки вверх с разбега с поворотом на 180°, 360°. 3. Зачет. 4. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Зачет

4.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Мышечная сила, мышцы рук, укрепление мышц, изометрия, отжимания. 4. В упоре лежа толчки руками от пола. 5. Из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа. 6. Из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади. 7. Заминка. 8. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
5.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. В упоре лежа толчки руками от пола. 4. Из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа. 5. Из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади. 6. Из упора лежа сзади толчком рук поворот в упор лежа. 7. Передвижение на руках и ногах в упоре лежа сзади. 8. Выход в стойку на руках. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
6.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Сокращение мышц, мышцы груди мышцы спины, мышцы живота. 5. Из упора лежа перейти в упор присев. 6. Лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку. 7. Лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении. 8. Планка на локтях, ладонях. 9. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
7.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Из упора лежа перейти в упор присев. 5. Лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку. 6. Лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении. 7. Планка на локтях, ладонях. 8. Кувырки вперед, назад, в сторону. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет

8.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Заминка. 6. Виды гибкости, плавность движений, свобода движений, амплитуда. 7. Махи ногами вперед, в сторону, назад. 8. Упражнение «шпагат» (на правую ногу, на левую ногу поперечный). 9. Наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
9.	Сентябрь		30	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Махи ногами вперед, в сторону, назад. 6. Упражнение «шпагат» (на правую ногу, на левую ногу поперечный). 7. Наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя. 8. Прогибы, назад стоя на ногах, стоя на коленях, лежа. 9. Упражнение «мост». 10. Ласточка. 11. Рыбка. 12. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
10.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость. Тема 2.5. Выполнение ст	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Зачет. 7. Заминка. 8. Изучение техники выполнения акробатических элементов. 9. Совершенствование двигательных навыков. 10. Детализированное разучивание упражнений и соединений. 11. Виды акробатики: статическая, динамическая, пластическая. 12. Расстановка рук, распределение веса тела, балансировка, контроль равновесия. 13. Стойка на лопатках. 14. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
11.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
12.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5.	Практический метод Педагогическое наблюдение

				акробатика.	Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Стойка на руках. 10. Выполнение сочетаний различных стоек. 11. Заминка.	Беседа
13.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Стойка на руках. 10. Выполнение сочетаний различных стоек. 11. Колесо. 12. Зачет. 13. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
14.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Фигурно-композиционные элементы, плавность исполнения, максимальная гибкость. 2. Достаточный суплес, комбинации пластической акробатики. 3. Разминка. 4. Повторение кросса с шагами и прыжками. 5. Повторение упражнений для развития мышц рук. 6. Повторение упражнений для развития силы мышц. 7. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 8. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 9. Мост из положения стоя. 10. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат. 11. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
15.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат. 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, перекат в положение лежа. 11. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
16.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, пережат в положение лежа. 11. Арабеск хватом ноги сзади. 12. Стойка на руках с прогибом. 13. Заминка.	
17.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, пережат в положение лежа. 11. Арабеск хватом ноги сзади. 12. Стойка на руках с прогибом. 13. Кульбит. 14. Повторение элементов пластической акробатики. 15. Зачет. 16. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
18.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Заминка. 9. Правильная постановка рук, основная стойка жонглёра, традиционные предметы жонглирования, нетрадиционные предметы жонглирования, техника жонглирования. 10. Вращение хула-хупом на руках, перекидывание обручами.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
19.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					Вращение хула-хупом на руках, шее, талии, перекидывание обручами. 9. Заминка.	
20.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Вращение хула-хупом на руках, шее, талии, ногах, перекидывание обручами. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
21.	Ноябрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.1. Сцена, правила поведения на сцене и за кулисами.	1. Знакомство со сценой, планом сцены. Авансцена, занавес, кулисы. 2. Танцевальные точки. 3. Правила поведения во время выступления на сцене, за кулисами. 4. Расстановка обучающихся по линиям в зависимости от балетных данных. 5. Игра «Светофор» на закрепление знаний.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
22.	Ноябрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.2. Актерское мастерство.	1. Актер, актерское мастерство. Способы развития актерского мастерства. Мимика, жесты, эмоции. 2. Упражнения для мимики лица. 3. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». 4. Игры на развитие актерского мастерства «Угадай предмет», «Воображули», «Смешной зоопарк», «Любимая игрушка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
23.	Ноябрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.2. Актерское мастерство. Тема 3.3. Соло, дуэт, малые формы, группы	1. Формы танцевального номера: соло, дуэт, малая форма, группа. Отличительные особенности данных форм, плюсы и минусы каждой формы. 2. Игры на сплочение коллектива «Построй дом», «Построй фигуру (круг, квадрат, звезду, сердце)», «Лабиринт». 3. Упражнения для мимики лица. 4. Танцевальная импровизация «Моя профессия». 5. Танцевальный этюд «Мой сон».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
24.	Ноябрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.4. Простые рисунки танца. Подтема 3.4.1. Диагональ.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Повторение танцевальных точек. 3. Рисунок танца, переходы между рисунками. Виды рисунков, линейные, объемные. Схемы рисунков танца. 4. Диагональ. Правила построения. 5. Подвижная игра	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра

					«Постройся по росту (цвету волос, цвету глаз, по длине волос и т.д.)». 6. Построение в диагональ.	
25.	Ноябрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.4. Простые рисунки танца. Подтема 3.4.1. Диагональ. Подтема 3.4.2. Галочка.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Игры на сплочение «Постройся по первой букве имени (по цвету обуви и т.д.), «Лабиринт». 3. Построение в две диагонали. 4. Отработка движений в диагонали. 5. Галочка. Правила построения. Схема. 4. Построение в галочку.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
26.	Ноябрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.4. Простые рисунки танца. Подтема 3.4.2. Треугольник.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Треугольник. Правила построения. Схема. 3. Построение в треугольники. 4. Отработка движений в треугольниках. 5. Игра на сплочение «Построй треугольник»	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
27.	Декабрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.4. Простые рисунки танца. Подтема 3.4.3. Крест.	1. Партерная гимнастика. 2. Игры на сплочение «Постройся по первой букве имени (по цвету обуви и т.д.), «Построй круг». 3. Построения в линии, колонны, чередование, передвижения.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
28.	Декабрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.4. Простые рисунки танца. Подтема 3.4.3. Крест. Подтема 3.4.4. Квадрат.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Построение в крест. 3. Отработка движений в кресте. 4. Игра «Лабиринт». 5. Квадрат. Правила перехода. Схема.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
29.	Декабрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.4. Простые рисунки танца. Подтема 3.4.4. Квадрат.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Игра на сплочение «Построй квадрат». 3. Переходы по квадрату расческой. 4. Отработка движений по квадрату расческой. 5. Повторение всех рисунков в танцевальном этюде. 6. Тестирование по разделу.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра Тестирование
30.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.1. Контемпорари.	1. История возникновения стиля контемпорари. Принципы исполнения танцевальных движений. Моноцентризм (изоляция). Танцевальный образ, костюм. Презентация «Контемпорари». 2. Музыка в стиле контемпорари, характеристика музыкального произведения. Определение характера, темпа, ритма, динамики музыкального произведения постановки. 3. Игры на создание танцевального образа «Дождь», «Когда я...».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра-

					Психогимнастика «Солнечный зайчик», «Ветер в руках». Танцевальные этюды «Сон», «Зазеркалье».	
31.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.2. Комплекс упражнений.	1. Хореографический станок, правила работы со станком. Комплекс упражнений у станка, классический экзерсис, allegro. 2. Строение костно-мышечного аппарата. 3. Разучивание учебной комбинации у станка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
32.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.2. Комплекс упражнений.	1. Гимнастические коврики, их назначение. 2. Партерная гимнастика, ее назначение. 3. Разучивание учебной комбинации на середине зала.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
33.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.2. Комплекс упражнений. Тема 5.3. Положения рук и ног.	1. Повторение учебных комбинаций. 2. Кросс: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки. 3. Названия положений кисти, их перевод. 4. Сокращенное Flex и вытянутое положение стопы и кисти. 5. Положения рук, просмотр видеоурока. 6. Параллель и out. Позиции ног, просмотр видеоурока.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
34.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.3. Положения рук и ног.	1. Учебные комбинации у станка и на середине зала. 2. Разучивание положений кисти: Rock hand, fly hand, Jazz hand, French hand, Point hand. 3. Разучивание позиции ног параллельные и выворотные: I, II, III, IV, V. 4. Разучивание положений рук: I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, V-позиция, S-позиция, L-позиция, Bird, Египетская.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
35.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.1. Roll down, Roll up, спираль.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала 2. Roll down, Roll up, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание Roll down, Roll up, Спирали. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
36.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.2. Drop.	1. Комплекс упражнений у станка, учебная комбинация у станка. 2. Drop, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание и закрепление Drop вперед, в сторону. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
37.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.3. Contract, Release.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Contract, Release, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание Contract (лежа, сидя), Release. 4. Разучивание Contract (на коленях, стоя), Release. 5. Психогимнастика, упражнения на восстановление	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					дыхания, расслабление.	
38.	Январь		2	Раздел 4. Контемпорари. Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.4. Эмбрион.	1. Учебная комбинация у станка, классический экзерсис. 2. Эмбрион, просмотр видеоурока. 3. Повторение ранее изученных элементов. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
39.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.5. Стол.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Стол, особенности исполнения. 3. Разучивание положения стол, с переменной рук. 4. Разучивание подъема со стола. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
40.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.6. Звезда.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Положение тела звезда, особенности исполнения. 3. Чередование положения тела звезда-эмбрион-звезда. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
41.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.1. Свинг.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Свинг, перевод. 3. Разучивание и закрепление свингов руками. 4. Разучивание и закрепление свингов ногами, корпусом. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
42.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.2. Слайд.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Изучение движения слайд, перевод. 3. Разучивание слайдов. 4. Закрепление слайда в кроссе, повторение шагов, прыжков, бега в кроссе. 5. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
43.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.3. Подготовка к кульбиту.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Подготовка к кульбиту, кульбит, просмотр видеоурока. 3. Разучивание стойки на руках у стены. Положение тела «Свеча». Падение со свечи. 4. Разучивание и выполнение колеса с положения стоя. 5. Разучивание и выполнение мостика. 6. Выполнение кульбита. 7. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

44.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.4. Флет.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Флет, перевод, особенности исполнения, просмотр видеоурока. 3. Разучивание и закрепление флет. 4. Повторение свингов, слайдов, свечки, колеса, мостика. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
45.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.5. Браш.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Браш, перевод. 3. Разучивание и закрепление браш. 4. Повторение Флет, слайд, свинги, свечка, мостик, колесо, кульбит. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
46.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.1. Jump.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Jump, перевод. 3. Разучивание прыжков с двух ног на две jump. 4. Комбинация Jump с свингами. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
47.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.2. Lear.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Lear, перевод. 3. Разучивание прыжков с одной ноги на другую на месте, с продвижением lear. 4. Закрепление Lear в комбинации со свингами рук. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
48.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.3. Нор.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Повторение Jump, Lear. 3. Прыжки Нор, перевод. 4. Разучивание прыжков с одной ноги на ту же ногу нор. 5. Закрепление нор в сочетании с шагами, руками. 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
49.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.4. Прыжки с двух ног на одну.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Разучивание и закрепление прыжков с двух ног на одну. 3. Повторение всех танцевальных прыжков в кроссе. 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
50.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 5.7.1. Перекаты.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Перекаты, правила исполнения. 3. Выполнение перекатов эмбрион-звезда-эмбрион. 4. Разучивание и закрепление перекатов с вытянутым корпусом. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
51.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.7. Базовые танцевальные движения в партере на	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение перекатов. 3. Выполнение перекатов с согнутыми коленями вместе, коленями врозь. 4. Разножка	Практический метод Педагогическое наблюдение

				продвижение. Подтема 5.7.2. Разножка.	на локтях, на спине. 5. Психогимнастика.	Беседа
52.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 5.7.3. Кувырки.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Правила исполнения кувырков, техника безопасности. 3. Кувырки, вперед, назад. 4. Выполнение элемента «березка». 5. Кувырки назад с согнутыми коленями, с вытянутыми коленями. 6. Кувырки с пасса, с носка, с выходом в кошечку. 7. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
53.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы. Подтема 5.8.1. Круг	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение танцевальных точек. 3. Рисунок танца, переходы между рисунками. Виды рисунков, линейные, объемные. Схемы рисунков танца. 4. Круг. Правила построения. 5. Подвижная игра «Кошки-мышки». 6. Построение в круг, два круга, круг в круге, движения и переходы в круге. 7. Построение в полукруг. 3. Отработка движений в полукруге.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
54.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы. Подтема 5.8.2. Ручеек.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Ручеек. Правила построения. Схема. 3. Построение в ручеек. 4. Переходы ручейком, отработка движений. 5. Игра на сплочение «Лодочка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
55.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы. Подтема 5.8.3. Змейка.	1. Партерная гимнастика. 2. Игры на сплочение «Постройся по первой букве имени (по цвету обуви и т.д.), «Построй круг» 3. Повторение построения в шеренгу. 4. Змейка. Правила построения. Схема. 5. Переходы змейкой. 6. Построение в змейку. 7. Отработка движений в змейке.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
56.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы. Подтема 5.8.4. Спираль.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Спираль. Правила построения. Схема. 3. Переходы по спирали. 4. Отработка движений по спирали. 5. Игра «Лабиринт», «Улитка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
57.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Повторение терминов синхронность, сплоченность, техника, выразительность. 3. Просмотр видео с танцами, разбор ошибок при исполнении. 4. Изучение частей танца: экспозиция, завязка, развитие действий, кульминация, развязка. 5. Разбор музыкального	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра

					произведения постановки, выделение смысловых частей. Соотнесение музыки и частей танца. 6. Определение характера, темпа, динамики, ритма музыкального сопровождения. 7. Игра «Прохлопай любимую мелодию».	
58.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение движений, рисунков и переходов. 3. Соединение движений в комбинации относительно частей танца. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
59.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Отработка техники элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. 3. Отработка синхронности движений. 4. Игры на сплочение «Построй дом», «Свечка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
60.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Отработка техники элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. 3. Отработка выразительности, игры на актерское мастерство «Зазеркалье», «Угадай фильм».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
61.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Сплоченность, командный дух. 3. Игры на сплочение коллектива «Улитка», «Скованные одной цепью». 4. Отработка элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений, синхронности движений, выразительности, техники.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
62.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Индивидуальная работа с учащимися, отстающими в усвоении танцевальной постановки.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
63.	Апрель		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.1. Сценический образ.	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Беседа об эмоциональной выразительности. 3. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». 4. Развитие актерского мастерства. 5. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Игра Беседа
64.	Апрель		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект.	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Обсуждение с учащимися о выбранных образах, способах	Практический метод Педагогическое

					создания образа. 3. Игры на актерское мастерство. 4. Репетиция коллективного танца.	наблюдение Беседа Игра
65.	Апрель		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект.	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Творческий проект, этапы его создания. 3. Роль импровизации в создании проекта. 4. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
66.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект.	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Рисование костюма, грима, прически, дополнительного реквизита. 3. Создание творческого проекта. 4. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
67.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект.	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Подготовка презентации своего творческого проекта. 3. Создание творческого проекта. 4. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
68.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Создание творческого проекта, работа над техникой исполнения. 3. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
69.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Создание творческого проекта, работа над техникой исполнения. 3. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
70.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Отработка творческих проектов, работа над выразительностью исполнения. 3. Представление результатов проекта перед педагогом и учащимися. 4. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
71.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект	1. Разминка у станка, партерная гимнастика. 2. Рефлексия, обсуждение успехов, ошибок, недочетов. 4. Исправление ошибок и недочетов номеров. 5. Подготовка костюмов,	Практический метод Педагогическое наблюдение

					реквизита. 8. Репетиция коллективного танца.	Беседа
72.	Май		2	Раздел 7. Итоговые занятия. Тема 7.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ». Тема 7.2. Концертная деятельность.	1. Показ учащимися своего танцевального образа перед родителями. 2. Подведение итогов, исходящий мониторинг критериев оценивания результативности усвоения учебной программы. 3. Репетиция. 4. Выступление. 5. Подведение итогов, выявление ошибок. 6. Рефлексия.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Исходящий мониторинг

Содержание рабочей программы

№ п/п	Дата			Название раздела, темы занятия	Краткое содержание занятий	Форма контроля
	Месяц	Число	Кол-во часов			
1.	Сентябрь		2	Раздел 1. Введение в программу.	1. Показ презентации «Хореографическое искусство», беседа по теме. Термин «хореография». Возникновение танца, история развития хореографии. 2. Показ презентации «Стили хореографии», беседа по теме. Выдающиеся личности каждого из стилей. 3. Беседа с учащимися по технике безопасности, правилам поведения во время занятий, инструктаж по технике безопасности. Расписание занятий. Особенности внешнего вида учащегося. 4. Знакомство между учащимися, разучивание реверанса. Игры на сплочение коллектива «Дом», «Инопланетяне», «Улитка». 5. Тестовые задания по теме «Хореография». 6. Анкетирование учащихся, выявление их интересов и способностей.	Беседа, тестирование, входящая диагностика.
2.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.	1. Показ презентации «Невский каскад», беседа по теме. 2. Общая физическая подготовка. 3. Развитие физических качеств. 4. Строение тела, правила выполнения упражнений в динамике, статике. Правильное дыхание во время разминки. 5. Икроножные мышцы, голеностопный сустав, ахиллово сухожилие, сила, ловкость, быстрота гибкость, выносливость. 6. Разминка. 7. Кросс – ходьба на носках и в полуприседе, прыжки в полуприседе. 8. Заминка.	Беседа Практический метод Педагогическое наблюдение

3.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.	1. Разминка. 2. Кросс – ходьба на носках и в полуприседе, прыжки в полуприседе, прыжки вверх со свободным взмахом слегка согнутыми руками вперед кверху, прыжки вверх с разбега с поворотом на 180°, 360°. 3. Зачет. 4. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Зачет
4.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Мышечная сила, мышцы рук, укрепление мышц, изометрия, отжимания. 4. В упоре лежа толчки руками от пола. 5. Из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа. 6. Из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади. 7. Заминка. 8. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
5.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. В упоре лежа толчки руками от пола. 4. Из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа. 5. Из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади. 6. Из упора лежа сзади толчком рук поворот в упор лежа. 7. Передвижение на руках и ногах в упоре лежа сзади. 8. Выход в стойку на руках. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
6.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Сокращение мышц, мышцы груди, мышцы спины, мышцы живота. 5. Из упора лежа перейти в упор присев. 6. Лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку. 7. Лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении. 8. Планка на локтях, ладонях. 9. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
7.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.3.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Из	Практический метод Педагогическое

				Упражнения для развития силы мышц туловища.	упора лежа перейти в упор присев. 5. Лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку. 6. Лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении. 7. Планка на локтях, ладонях. 8. Кувырки вперед, назад, в сторону. 9. Зачет. 10. Заминка.	наблюдение Беседа Зачет
8.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Заминка. 6. Виды гибкости, плавность движений, свобода движений, амплитуда. 7. Махи ногами вперед, в сторону, назад. 8. Упражнение «шпагат» (на правую ногу, на левую ногу поперечный). 9. Наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
9.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Махи ногами вперед, в сторону, назад. 6. Упражнение «шпагат» (на правую ногу, на левую ногу поперечный). 7. Наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя. 8. Прогибы, назад стоя на ногах, стоя на коленях, лежа. 9. Упражнение «мост». 10. Ласточка. 11. Рыбка. 12. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
10.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость. Тема 2.5. Выполнение с	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Зачет. 7. Заминка. 8. Изучение техники выполнения акробатических элементов. 9. Совершенствование двигательных навыков. 10. Детализированное разучивание упражнений и соединений. 11. Виды акробатики: статическая, динамическая, пластическая. 12. Расстановка рук, распределение веса тела, балансировка, контроль равновесия. 13. Стойка на лопатках. 14. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет

11.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
12.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Стойка на руках. 10. Выполнение сочетаний различных стоек. 11. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
13.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Стойка на руках. 10. Выполнение сочетаний различных стоек. 11. Колесо. 12. Зачет. 13. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
14.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Фигурно-композиционные элементы, плавность исполнения, максимальная гибкость. 2. Достаточный суплес, комбинации пластической акробатики. 3. Разминка. 4. Повторение кросса с шагами и прыжками. 5. Повторение упражнений для развития мышц рук. 6. Повторение упражнений для развития силы мышц. 7. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 8. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 9. Мост из положения стоя. 10. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат. 11. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
15.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат. 9. Стойка на груди с	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, пережат в положение лежа. 11. Заминка.	
16.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, пережат в положение лежа. 11. Арабеск хватом ноги сзади. 12. Стойка на руках с прогибом. 13. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
17.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, пережат в положение лежа. 11. Арабеск хватом ноги сзади. 12. Стойка на руках с прогибом. 13. Кульбит. 14. Повторение элементов пластической акробатики. 15. Зачет. 16. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
18.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Заминка. 9. Правильная постановка рук, основная стойка жонглёра, традиционные предметы жонглирования, нетрадиционные предметы жонглирования, техника жонглирования. 10. Вращение хула-хупом на руках, перекидывание обручами.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

19.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Вращение хула-хупом на руках, шее, талии, перекидывание обручами. 9. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
20.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Вращение хула-хупом на руках, шее, талии, ногах, перекидывание обручами. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
21.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Заминка. 4. Характер образа, костюм, перевоплощение, сценическая культура, общение со зрителем. Сценическое пространство, сценическое время, составные части концертного номера, особенность исполнения трюка. 5. Виды сценических площадок, сценические эффекты, контрастные комбинации, музыкальное оформление, лаконичность исполнения концертного номера, специфика циркового костюма.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
22.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Создание образа. 4. Воплощение образа в номере. 5. Заминка. 1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Построение сюжетной линии. 4. Использование музыки в номере. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
23.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Использование световых эффектов. 4. Сведение трюков в контрастные комбинации. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект

24.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Сведение трюков в контрастные комбинации. 4. 3. Оработка дополнительных элементов номера. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
25.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Оработка дополнительных элементов номера. 4. Улучшение техники выполнения трюков. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
26.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Улучшение техники выполнения трюков. 4. Артистичность исполнения трюков. 4. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
27.	Декабрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Артистичность исполнения трюков. 4. Подготовка концертного номера. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
28.	Декабрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Подготовка концертного номера. 4. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
29.	Декабрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность. Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.1. Сцена, правила поведения на сцене и за кулисами.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Подготовка концертного номера. 4. Заминка. 5. Знакомство со сценой, планом сцены. Авансцена, занавес, кулисы. 6. Танцевальные точки. 7. Расстановка учащихся по линиям в зависимости от балетных данных. 8. Правила поведения во время выступления на сцене, за кулисами. Игра «Светофор» на закрепление знаний.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
30.	Декабрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.2. Актерское мастерство.	1. Актер, актерское мастерство. Способы развития актерского мастерства. Мимика, жесты, эмоции. 2. Упражнения для мимики лица. 3. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик»,	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					«День-ночь», «Надувала кошка мяч». 4. Игры на развитие актерского мастерства «Угадай предмет», «Воображули».	Игра
31.	Декабрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.2. Актерское мастерство.	1. Упражнения для мимики лица. 2. Танцевальная импровизация «Моя профессия». 3. Танцевальный этюд «Мой сон». 4. Игры на развитие актерского мастерства «Смешной зоопарк», «Любимая игрушка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
32.	Декабрь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.1. Модерн	1. История возникновения стиля контемпорари. Принципы исполнения танцевальных движений. Моноцентризм (изоляция). Танцевальный образ, костюм. Презентация «Контемпорари». 2. Музыка в стиле контемпорари, характеристика музыкального произведения. Определение характера, темпа, ритма, динамики музыкального произведения постановки. 3. Игры на создание танцевального образа «Дождь», «Когда я...». Психогимнастика «Солнечный зайчик», «Ветер в руках». Танцевальные этюды «Сон», «Зазеркалье».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра-
33.	Декабрь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.2. Комплекс упражнений.	1. Хореографический станок, правила работы со станком. Комплекс упражнений у станка, классический экзерсис, allegro. 2. Строение костно-мышечного аппарата. 3. Разучивание учебной комбинации у станка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
34.	Декабрь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.2. Комплекс упражнений.	1. Гимнастические коврики, их назначение. 2. Партерная гимнастика, ее назначение. 3. Разучивание учебной комбинации на середине зала.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
35.	Январь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.2. Комплекс упражнений. Тема 4.3. Положения рук и ног.	1. Повторение учебных комбинаций. 2. Кросс: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки. 3. Названия положений кисти, их перевод. 4. Сокращенное Flex и вытянутое положение стопы и кисти. 5. Положения рук, просмотр видеоурока. 6. Параллель и out. Позиции ног, просмотр видеоурока.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
36.	Январь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.3. Положения рук и ног.	1. Учебные комбинации у станка и на середине зала. 2. Разучивание положений кисти: Rock hand, fly hand, jazz hand, French hand, Point hand. 3. Разучивание позиции ног параллельные и выворотные: I, II, III, IV, V. 4. Разучивание положений рук: I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, V-позиция, S-позиция, L-позиция, Bird, Египетская.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

37.	Январь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.1. Roll down, Roll up, спираль.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала 2. Roll down, Roll up, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание Roll down, Roll up, Спирали. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
38.	Январь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.2. Drop.	1. Комплекс упражнений у станка, учебная комбинация у станка. 2. Drop, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание и закрепление Drop вперед, в сторону. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
39.	Январь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.3. Contract, Release.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Contract, Release, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание Contract (лежа, сидя), Release. 4. Разучивание Contract (на коленях, стоя), Release. 5. Психогимнастика, упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
40.	Январь		2	Раздел 4. Контемпорари. Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.4. Эмбрион.	1. Учебная комбинация у станка, классический экзерсис. 2. Эмбрион, просмотр видеоурока. 3. Повторение ранее изученных элементов. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
41.	Январь		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.5. Стол.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Стол, особенности исполнения. 3. Разучивание положения стол, с переменной рук. 4. Разучивание подъема со стола. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
42.	Февраль		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.6. Звезда.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Положение тела звезда, особенности исполнения. 3. Чередование положения тела звезда-эмбрион-звезда. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
43.	Февраль		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 4.5.1. Свинг.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Свинг, перевод. 3. Разучивание и закрепление свингов руками. 4. Разучивание и закрепление свингов ногами, корпусом. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

44.	Февраль		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 4.5.2. Слайд.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Изучение движения слайд, перевод. 3. Разучивание слайдов. 4. Закрепление слайда в кроссе, повторение шагов, прыжков, бега в кроссе. 5. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
45.	Февраль		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 4.5.3. Подготовка к кульбиту.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Подготовка к кульбиту, кульбит, просмотр видеоурока. 3. Разучивание стойки на руках у стены. Положение тела «Свеча». Падение со свечи. 4. Разучивание и выполнение колеса с положения стоя. 5. Разучивание и выполнение мостика. 6. Выполнение кульбита. 7. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
46.	Февраль		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 4.5.4. Флет.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Флет, перевод, особенности исполнения, просмотр видеоурока. 3. Разучивание и закрепление флет. 4. Повторение свингов, слайдов, свечки, колеса, мостика. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
47.	Февраль			Раздел 4. Современный танец Тема 4.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 4.5.5. Браш.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Браш, перевод. 3. Разучивание и закрепление браш. 4. Повторение Флет, слайд, свинги, свечка, мостик, колесо, кульбит. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
48.	Февраль		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 4.6.1. Jump.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Jump, перевод. 3. Разучивание прыжков с двух ног на две jump. 4. Комбинация Jump с свингами. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
49.	Февраль		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 4.6.2. Leap.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Leap, перевод. 3. Разучивание прыжков с одной ноги на другую на месте, с продвижением leap. 4. Закрепление Leap в комбинации со свингами рук. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
50.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 4.6.3. Hop.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Повторение Jump, Leap. 3. Прыжки Hop, перевод. 4. Разучивание прыжков с одной ноги на ту же ногу hop. 5. Закрепление hop в сочетании с шагами, руками. 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

51.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 4.6.4. Прыжки с двух ног на одну.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Разучивание и закрепление прыжков с двух ног на одну. 3. Повторение всех танцевальных прыжков в кроссе. 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
52.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 4.7.1. Перекаты, разножка. Подтема 4.7.2. Кувырки	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Перекаты, правила исполнения. 3. Выполнение перекатов эмбрион-звезда-эмбрион. 4. Перекаты на коленях. 5. Выполнение перекатов с согнутыми коленями вместе, коленями врозь. 6. Разножка, перекаты со шпагатом. 7. Правила выполнения кувырков. 7. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
53.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 4.7.2. Кувырки. Подтема 4.7.3. Шаги.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение перекатов. 3. Разножка на локтях, на спине. 5. Кувырки вперед, назад с согнутыми ногами, с прямыми ногами. 6. Кувырки вперед, навал в пассе, в шпагат. 7. Облет. 8. Правила выполнения шагов. 9. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
54.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 4.7.3. Шаги. Подтема 4.7.4. Туры.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Кик. 3. Переступы. 4. Слайды, поезд. Па де боре. 4. Правила выполнения туров. 5. Простой тур. 6. Тур в пассе. 7. Повторение шаге. 8. Чередование туров с шаге. 9. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
55.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.8. Рисунки, переходы. Подтема 4.8.1. Круг в круге.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение танцевальных точек. 3. Рисунок танца, переходы между рисунками. Виды рисунков, линейные, объемные. Схемы рисунков танца. 4. Круг. Правила построения. 5. Подвижная игра «Кошки-мышки». 6. Построение в круг, два круга, круг в круге, движения и переходы в круге. 7. Разучивание танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
56.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.8. Рисунки, переходы. Подтема 4.8.1. Круг в круге.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Движения в рисунке круг в круге. 3. Переходы. 4. Разучивание танца. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
57.	Март		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.8. Рисунки, переходы.	1. Партерная гимнастика. 2. Рисунок звездочка. 3. Движения в рисунке. 4. Разучивание танца. 5.	Практический метод Педагогическое

				Подтема 4.8.2. Звездочка.	Психогимнатика.	наблюдение Беседа Игра
58.	Апрель		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.8. Рисунки, переходы. Подтема 4.8.2. Звездочка.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Движения в рисунке звездочка. 3. Переходы между рисунками. 4. Разучивание танца. 5. Психогимнатика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
59.	Апрель		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Повторение терминов синхронность, сплоченность, техника, выразительность. 3. Просмотр видео с танцами, разбор ошибок при исполнении. 4. Изучение частей танца: экспозиция, завязка, развитие действий, кульминация, развязка. 5. Разбор музыкального произведения постановки, выделение смысловых частей. Соотнесение музыки и частей танца. 6. Определение характера, темпа, динамики, ритма музыкального сопровождения. 7. Игра «Прохлопай любимую мелодию».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
60.	Апрель		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение движений, рисунков и переходов. 3. Соединение движений в комбинации относительно частей танца. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
61.	Апрель		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Отработка техники элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. 3. Отработка синхронности движений. 4. Игры на сплочение «Построй дом», «Свечка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
62.	Апрель		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Отработка техники элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. 3. Отработка выразительности, игры на актерское мастерство «Зазеркалье», «Угадай фильм».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра

63.	Апрель		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Сплоченность, командный дух. 3. Игры на сплочение коллектива «Улитка», «Скованные одной цепью». 4. Отработка элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений, синхронности движений, выразительности, техники.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
64.	Апрель		2	Раздел 4. Современный танец Тема 4.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Индивидуальная работа с учащимися, отстающими в усвоении танцевальной постановки.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
65.	Апрель		2	Раздел 5. Фэнтези-дэнс. Тема 4.1. Сценический образ.	1. Беседа об эмоциональной выразительности, 2. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». 3. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 4. Развитие актерского мастерства. 5. Игры на актерское мастерство. 6. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
66.	Май		2	Раздел 5. Фэнтези-дэнс. Тема 5.2. Творческий проект.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 2. Этапы создания творческого проекта. 3. Обсуждение с учащимися о выбранных образах, способах создания образа. 4. Репетиция коллективного танца. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
67.	Май		2	Раздел 5. Фэнтези-дэнс. Тема 5.2. Творческий проект.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 2. Рисование костюма, грима, прически, дополнительного реквизита. 3. Подготовка презентации своего творческого проекта. 4. Репетиция коллективного танца. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
68.	Май		2	Раздел 5. Фэнтези-дэнс. Тема 5.2. Творческий проект.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 2. Создание творческого проекта. 3. Роль импровизации в создании танца. 4. Импровизация. 5. Репетиция коллективного танца. 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
69.	Май		2	Раздел 5. Фэнтези-дэнс.	1. Комбинация у станка, повторение классического	Практический метод

				Тема 5.2. Творческий проект.	экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 2. Создание творческого проекта, работа над техникой исполнения. 3. Репетиция коллективного танца. 4. Психогимнастика.	Педагогическое наблюдение Беседа
70.	Май		2	Раздел 5. Фэнтези-дэнс. Тема 5.2. Творческий проект.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 2. Отработка творческих проектов, работа над выразительностью исполнения. 3. Репетиция коллективного танца. 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
71.	Май		2	Раздел 6. Итоговые занятия. Тема 6.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ» Тема 6.2. Концертная деятельность.	1. Подготовка костюмов, реквизита. 2. Представление результатов проекта перед педагогом и учащимися. 3. Выступления. 4. Обсуждение успехов, ошибок, недочетов. 5. Исправление ошибок и недочетов номеров. 6. Репетиция коллективного танца. 6. Исходящий мониторинг.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Исходящий мониторинг
72.	Май		2	Раздел 6. Итоговые занятия. Тема 6.2. Концертная деятельность.	1. Репетиция. 2. Выступление. 3. Подведение итогов, выявление ошибок. 4. Рефлексия. Экскурсионные программы в выездных мероприятиях.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

Содержание рабочей программы

№ п/п	Дата			Название раздела, темы занятия	Краткое содержание занятий	Форма контроля
	Месяц	Число	Кол-во часов			
1.	Сентябрь		2	Раздел 1. Введение в программу.	1. Показ презентации «Шоу-балет Аллы Духовой». 2. Беседа с учащимися по технике безопасности, правилам поведения во время занятий, инструктаж по технике безопасности. Расписание занятий. 3. Особенности внешнего вида учащегося. 4. Знакомство между учащимися, разучивание реверанса. Игры на сплочение коллектива «Дом», «Инопланетяне», «Улитка». 5. Тестовые задания по теме «Хореография». 6. Анкетирование учащихся, выявление их интересов и способностей.	Беседа, анкетирование, входящая диагностика.

2.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.	1. Показ презентации «Невский каскад», беседа по теме. 2. Общая физическая подготовка. 3. Развитие физических качеств. 4. Строение тела, правила выполнения упражнений в динамике, статике. Правильное дыхание во время разминки. 5. Икроножные мышцы, голеностопный сустав, ахиллово сухожилие, сила, ловкость, быстрота гибкость, выносливость. 6. Разминка. 7. Кросс – ходьба на носках и в полуприседе, прыжки в полуприседе. 8. Заминка.	Беседа Практический метод Педагогическое наблюдение
3.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.1. Упражнения, укрепляющие мышцы ног.	1. Разминка. 2. Кросс – ходьба на носках и в полуприседе, прыжки в полуприседе, прыжки вверх со свободным взмахом слегка согнутыми руками вперед кверху, прыжки вверх с разбега с поворотом на 180°, 360°. 3. Зачет. 4. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Зачет
4.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Мышечная сила, мышцы рук, укрепление мышц, изометрия, отжимания. 4. В упоре лежа толчки руками от пола. 5. Из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа. 6. Из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади. 7. Заминка. 8. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
5.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.2. Упражнения для развития мышц рук.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. В упоре лежа толчки руками от пола. 4. Из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа. 5. Из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади. 6. Из упора лежа сзади толчком рук поворот в упор лежа. 7. Передвижение на руках и ногах в упоре лежа сзади. 8. Выход в стойку на руках. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
6.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Сокращение мышц, мышцы груди, мышцы спины, мышцы живота. 5. Из упора лежа перейти в упор присев. 6. Лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					7. Лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении. 8. Планка на локтях, ладонях. 9. Заминка.	
7.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.3. Упражнения для развития силы мышц туловища.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Из упора лежа перейти в упор присев. 5. Лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку. 6. Лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении. 7. Планка на локтях, ладонях. 8. Кувырки вперед, назад, в сторону. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
8.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Заминка. 6. Виды гибкости, плавность движений, свобода движений, амплитуда. 7. Махи ногами вперед, в сторону, назад. 8. Упражнение «шпагат» (на правую ногу, на левую ногу поперечный). 9. Наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
9.	Сентябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Махи ногами вперед, в сторону, назад. 6. Упражнение «шпагат» (на правую ногу, на левую ногу поперечный). 7. Наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя. 8. Прогибы, назад стоя на ногах, стоя на коленях, лежа. 9. Упражнение «мост». 10. Ласточка. 11. Рыбка. 12. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
10.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.4. Упражнения на растягивание и гибкость. Тема 2.5. Выполнение с	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Зачет. 7. Заминка. 8. Изучение техники выполнения акробатических элементов. 9. Совершенствование двигательных навыков. 10. Детализированное разучивание упражнений и соединений. 11. Виды акробатики: статическая, динамическая, пластическая. 12. Расстановка	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет

					рук, распределение веса тела, балансировка, контроль равновесия. 13. Стойка на лопатках. 14. Заминка.	
11.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
12.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Стойка на руках. 10. Выполнение сочетаний различных стоек. 11. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
13.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.5. Выполнение стоек, статическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Стойка на лопатках. 7. Стойка на голове. 8. Стойка на предплечьях. 9. Стойка на руках. 10. Выполнение сочетаний различных стоек. 11. Колесо. 12. Зачет. 13. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
14.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Фигурно-композиционные элементы, плавность исполнения, максимальная гибкость. 2. Достаточный суплес, комбинации пластической акробатики. 3. Разминка. 4. Повторение кросса с шагами и прыжками. 5. Повторение упражнений для развития мышц рук. 6. Повторение упражнений для развития силы мышц. 7. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 8. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 9. Мост из положения стоя. 10. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат. 11. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

15.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, перекаат в положение лежа. 11. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
16.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, перекаат в положение лежа. 11. Арабеск хватом ноги сзади. 12. Стойка на руках с прогибом. 13. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
17.	Октябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.6. Пластическая акробатика.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Мост из положения стоя. 8. Стойка, на предплечьях максимально прогнувшись, шпагат, полушпагат 9. Стойка на груди с сильным прогибом, ноги поставить на голову, на пол. 10. Выход из положения стоя, в стойку на груди, перекаат в положение лежа. 11. Арабеск хватом ноги сзади. 12. Стойка на руках с прогибом. 13. Кульбит. 14. Повторение элементов пластической акробатики. 15. Зачет. 16. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
18.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Заминка. 9. Правильная постановка рук, основная стойка жонглёра, традиционные предметы жонглирования, нетрадиционные предметы жонглирования, техника жонглирования. 10. Вращение хула-хупом на руках, перекидывание обручами.	
19.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Вращение хула-хупом на руках, шее, талии, перекидывание обручами. 9. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
20.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Вращение хула-хупов.	1. Разминка. 2. Повторение кросса с шагами и прыжками. 3. Повторение упражнений для развития мышц рук. 4. Повторение упражнений для развития силы мышц. 5. Повторение упражнений на растягивание и гибкость. 6. Повторение сочетаний различных стоек и колеса. 7. Повторение элементов пластической акробатики. 8. Вращение хула-хупом на руках, шее, талии, ногах, перекидывание обручами. 9. Зачет. 10. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Зачет
21.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Заминка. 4. Характер образа, костюм, перевоплощение, сценическая культура, общение со зрителем. Сценическое пространство, сценическое время, составные части концертного номера, особенность исполнения трюка. 5. Виды сценических площадок, сценические эффекты, контрастные комбинации, музыкальное оформление, лаконичность исполнения концертного номера, специфика циркового костюма.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
22.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Создание образа. 4. Воплощение образа в номере. 5. Заминка. 1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Построение сюжетной линии. 4. Использование музыки в	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект

					номере. 5. Заминка.	
23.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Использование световых эффектов. 4. Сведение трюков в контрастные комбинации. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
24.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Сведение трюков в контрастные комбинации. 4. 3. Отработка дополнительных элементов номера. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
25.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Отработка дополнительных элементов номера. 4. Улучшение техники выполнения трюков. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
26.	Ноябрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Улучшение техники выполнения трюков. 4. Артистичность исполнения трюков. 4. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
27.	Декабрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Артистичность исполнения трюков. 4. Подготовка концертного номера. 5. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект
28.	Декабрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Подготовка концертного номера. 4. Заминка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Творческий проект

29.	Декабрь		2	Раздел 2. Гимнастика и акробатика. Тема 2.7. Самостоятельная творческая деятельность. Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.1. Сцена, правила поведения на сцене и за кулисами.	1. Разминка. 2. Повторение изученных элементов. 3. Подготовка концертного номера. 4. Заминка. 5. Повторение плана сцены. Авансцена, занавес, кулисы. 6. Танцевальные точки. 7. Расстановка учащихся по линиям в зависимости от балетных данных. 8. Правила поведения во время выступления на сцене, за кулисами. Игра «Светофор» на закрепление знаний.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Тестирование
30.	Декабрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.2. Актерское мастерство.	1. Актер, актерское мастерство. Способы развития актерского мастерства. Мимика, жесты, эмоции. 2. Упражнения для мимики лица. 3. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». 4. Игры на развитие актерского мастерства «Угадай предмет», «Воображули».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
31.	Декабрь		2	Раздел 3. Сценическая культура. Тема 3.2. Актерское мастерство.	1. Упражнения для мимики лица. 2. Танцевальная импровизация «Моя профессия». 3. Танцевальный этюд «Мой сон». 4. Игры на развитие актерского мастерства «Смешной зоопарк», «Любимая игрушка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
32.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.1. Модерн	1. История возникновения стиля контемпорари. Принципы исполнения танцевальных движений. Моноцентризм (изоляция). Танцевальный образ, костюм. Презентация «Контемпорари». 2. Музыка в стиле контемпорари, характеристика музыкального произведения. Определение характера, темпа, ритма, динамики музыкального произведения постановки. 3. Игры на создание танцевального образа «Дождь», «Когда я...». Психогимнастика «Солнечный зайчик», «Ветер в руках». Танцевальные этюды «Сон», «Зазеркалье».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра-
33.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.2. Комплекс упражнений.	1. Хореографический станок, правила работы со станком. Комплекс упражнений у станка, классический экзерсис, allegro. 2. Строение костно-мышечного аппарата. 3. Разучивание учебной комбинации у станка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
34.	Декабрь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.2. Комплекс упражнений.	1. Гимнастические коврики, их назначение. 2. Партерная гимнастика, ее назначение. 3. Разучивание учебной комбинации на середине зала.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

35.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.2. Комплекс упражнений. Тема 5.3. Положения рук и ног.	1. Повторение учебных комбинаций. 2. Кросс: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки. 3. Названия положений кисти, их перевод. 4. Сокращенное Flex и вытянутое положение стопы и кисти. 5. Положения рук, просмотр видеоурока. 6. Параллель и out. Позиции ног, просмотр видеоурока.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
36.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.3. Положения рук и ног.	1. Учебные комбинации у станка и на середине зала. 2. Разучивание положений кисти: Rock hand, Fly hand, Jazz hand, French hand, Point hand. 3. Разучивание позиции ног параллельные и выворотные: I, II, III, IV, V. 4. Разучивание положений рук: I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, V-позиция, S-позиция, L-позиция, Bird, Египетская.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
37.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.1. Roll down, Roll up, спираль.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала 2. Roll down, Roll up, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание Roll down, Roll up, Спирали. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
38.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.2. Drop.	1. Комплекс упражнений у станка, учебная комбинация у станка. 2. Drop, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание и закрепление Drop вперед, в сторону. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
39.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.3. Contract, Release.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Contract, Release, перевод, просмотр видеоурока. 3. Разучивание Contract (лежа, сидя), Release. 4. Разучивание Contract (на коленях, стоя), Release. 5. Психогимнастика, упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
40.	Январь		2	Раздел 4. Контемпорари. Тема 4.4. Базовые положения тела. Подтема 4.4.4. Эмбрион.	1. Учебная комбинация у станка, классический экзерсис. 2. Эмбрион, просмотр видеоурока. 3. Повторение ранее изученных элементов. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
41.	Январь		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения тела. Подтема 5.4.5. Стол.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Стол, особенности исполнения. 3. Разучивание положения стол, с переменной рук. 4. Разучивание подъема со стола. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
42.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.4. Базовые положения	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Положение тела звезда, особенности	Практический метод Педагогическое

				тела. Подтема 5.4.6. Звезда.	исполнения. 3. Чередование положения тела звезда-эмбрион-звезда. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	наблюдение Беседа
43.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.1. Свинг.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Свинг, перевод. 3. Разучивание и закрепление свингов руками. 4. Разучивание и закрепление свингов ногами, корпусом. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
44.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.2. Слайд.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Изучение движения слайд, перевод. 3. Разучивание слайдов. 4. Закрепление слайда в кроссе, повторение шагов, прыжков, бега в кроссе. 5. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
45.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.3. Подготовка к кульбиту.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Подготовка к кульбиту, кульбит, просмотр видеурока. 3. Разучивание стойки на руках у стены. Положение тела «Свеча». Падение со свечи. 4. Разучивание и выполнение колеса с положения стоя. 5. Разучивание и выполнение мостика. 6. Выполнение кульбита. 7. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
46.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.4. Флет.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Флет, перевод, особенности исполнения, просмотр видеурока. 3. Разучивание и закрепление флет. 4. Повторение свингов, слайдов, свечки, колеса, мостика. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
47.	Февраль			Раздел 5. Современный танец Тема 5.5. Базовые танцевальные движения. Подтема 5.5.5. Браш.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Браш, перевод. 3. Разучивание и закрепление браш. 4. Повторение Флет, слайд, свинги, свечка, мостик, колесо, кульбит. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
48.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.1. Jump.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Jump, перевод. 3. Разучивание прыжков с двух ног на две jump. 4. Комбинация Jump с свингами. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
49.	Февраль		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.2. Leap.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Leap, перевод. 3. Разучивание прыжков с одной ноги на другую на месте, с продвижением leap. 4. Закрепление Leap в комбинации со свингами рук. 5.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					Психогимнастика.	
50.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.3. Нор.	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Повторение Jump, Leap. 3. Прыжки Нор, перевод. 4. Разучивание прыжков с одной ноги на ту же ногу. 5. Закрепление нор в сочетании с шагами, руками. 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
51.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.6. Базовые танцевальные прыжки Подтема 5.6.4. Прыжки с двух ног на одну.	1. Партерная гимнастика, учебная комбинация на середине зала. 2. Разучивание и закрепление прыжков с двух ног на одну. 3. Повторение всех танцевальных прыжков в кроссе. 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
52.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 5.7.1. Перекаты, разножка. Подтема 5.7.2. Кувырки	1. Учебная комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Перекаты, правила исполнения. 3. Выполнение перекатов эмбрион-звезда-эмбрион. 4. Перекаты на коленях. 5. Выполнение перекатов с согнутыми коленями вместе, коленями врозь. 6. Разножка, перекаты со шпагатом. 7. Правила выполнения кувырков. 7. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
53.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 5.7.2. Кувырки. Подтема 5.7.3. Шаги.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение перекатов. 3. Разножка на локтях, на спине. 5. Кувырки вперед, назад с согнутыми ногами, с прямыми ногами. 6. Кувырки вперед, назад в пассе, в шпагат. 7. Облет. 8. Правила выполнения шагов. 9. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
54.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.7. Базовые танцевальные движения в партере на продвижение. Подтема 5.7.3. Шаги. Подтема 5.7.4. Туры.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Кик. 3. Переступы. 4. Слайды, поезд. Па де боре. 4. Правила выполнения туров. 5. Простой тур. 6. Тур в пассе. 7. Повторение шаге. 8. Чередование туров с шаге. 9. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
55.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение танцевальных точек. 3. Рисунок танца, переходы между рисунками. Виды рисунков, линейные, объемные. Схемы рисунков танца. 4. Круг. Правила	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					построения. 5. Подвижная игра «Кошки-мышки». 6. Построение в круг, два круга, круг в круге, движения и переходы в круге. 7. Разучивание танца.	Игра
56.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Движения в рисунке круг в круге. 3. Переходы. 4. Разучивание танца. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
57.	Март		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы.	1. Партерная гимнастика. 2. Рисунок звездочка. 3. Движения в рисунке. 4. Разучивание танца. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
58.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.8. Рисунки, переходы.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Движения в рисунке звездочка. 3. Переходы между рисунками. 4. Разучивание танца. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
59.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Повторение терминов синхронность, сплоченность, техника, выразительность. 3. Просмотр видео с танцами, разбор ошибок при исполнении. 4. Изучение частей танца: экспозиция, завязка, развитие действий, кульминация, развязка. 5. Разбор музыкального произведения постановки, выделение смысловых частей. Соотнесение музыки и частей танца. 6. Определение характера, темпа, динамики, ритма музыкального сопровождения. 7. Игра «Прохлопай любимую мелодию».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
60.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Повторение движений, рисунков и переходов. 3. Соединение движений в комбинации относительно частей танца. 4. Упражнения на восстановление дыхания, расслабление.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

61.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Отработка техники элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. 3. Отработка синхронности движений. 4. Игры на сплочение «Построй дом», «Свечка».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
62.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Отработка техники элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. 3. Отработка выразительности, игры на актерское мастерство «Зазеркалье», «Угадай фильм».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
63.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса. 2. Сплоченность, командный дух. 3. Игры на сплочение коллектива «Улитка», «Скованные одной цепью». 4. Отработка элементов, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений, синхронности движений, выразительности, техники.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
64.	Апрель		2	Раздел 5. Современный танец Тема 5.9. Репетиционная деятельность.	1. Партерная гимнастика, комбинация на середине зала. 2. Индивидуальная работа с учащимися, отстающими в усвоении танцевальной постановки.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
65.	Апрель		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.1. Сценический образ.	1. Беседа об эмоциональной выразительности. 2. Упражнения на снятие мышечных зажимов, расслабление «Солнечный зайчик», «День-ночь», «Надувала кошка мяч». 3. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 4. Развитие актерского мастерства. 5. Игры на актерское мастерство. 6. Этапы создания творческого проекта. 7. Обсуждение с учащимися о выбранных образах, способах создания образа. 8. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
66.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 2. Рисование костюма, грима, прически, дополнительного реквизита. 3. Подготовка презентации своего творческого проекта. 4. Создание творческого проекта. 5. Роль импровизации в создании	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					танца. 6. Импровизация. 7. Репетиция коллективного танца. 8. Психогимнастика.	
67.	Май		2	Раздел 6. Фэнтези-дэнс. Тема 6.2. Творческий проект.	1. Комбинация у станка, повторение классического экзерсиса, партерная гимнастика, повторение акробатических элементов. 2. Создание творческого проекта, работа над техникой исполнения. 3. Отработка творческих проектов, работа над выразительностью исполнения. 4. Репетиция коллективного танца. 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
68.	Май		2	Раздел 7. Итоговые занятия. Тема 7.1. Фестиваль «Танцы в ДДТ» Тема 7.2. Концертная деятельность.	1. Подготовка костюмов, реквизита. 2. Представление результатов проекта перед педагогом и учащимися. 3. Выступления. 4. Обсуждение успехов, ошибок, недочетов. 5. Исправление ошибок и недочетов номеров. 6. Репетиция коллективного танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
69.	Май		2	Раздел 7. Итоговые занятия. Тема 7.2. Концертная деятельность.	1. Репетиция. 2. Выступление. 3. Подведение итогов, выявление ошибок. 4. Рефлексия. Экскурсионные программы в выездных мероприятиях.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
70.	Май		2	Раздел 7. Итоговые занятия. Тема 7.2. Концертная деятельность.	1. Репетиция. 2. Выступление. 3. Подведение итогов, выявление ошибок. 4. Рефлексия. Экскурсионные программы в выездных мероприятиях.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
71.	Май		2	Раздел 7. Итоговые занятия. Тема 7.2. Концертная деятельность.	1. Репетиция. 2. Выступление. 3. Подведение итогов, выявление ошибок. 4. Рефлексия. Экскурсионные программы в выездных мероприятиях.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
72.	Май		2	Раздел 7. Итоговые занятия. Тема 7.2. Концертная деятельность.	1. Репетиция. 2. Выступление. 3. Подведение итогов, выявление ошибок. 4. Рефлексия. Экскурсионные программы в выездных мероприятиях. 5. Исходящий мониторинг.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Исходящий мониторинг