

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеский центр»

Принято решением педагогического совета
Протокол № 63 от 06.01. 2022 г.

Протокол № 3



Рабочая программа на 2022-2023 учебный год

к дополнительной общеразвивающей программе

Художественной направленности

«Развитие творческой личности ребёнка средствами хореографии»

Форма реализации программ: очная
Год обучения - 5 (продвинутый уровень)
Номер группы - 6;
Возраст обучающихся – 14-17 лет (смешанная группа);

Составитель:
Куропатко Оксана Валерьевна
Педагог дополнительного образования
Куропатко Сергей Борисович
Концертмейстер

ГО Верхний Тагил
2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Развитие творческой личности ребёнка средствами хореографии» разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Развитие творческой личности ребёнка средствами хореографии». Рабочая программа отнесена к программам художественной направленности:

1. направлена на развитие художественного вкуса;
2. направлена на развитие художественных способностей и склонностей к различным видам искусства;
3. направлена на развитие эмоционального восприятия, формированию стремления к чувственному образу восприятия мира.

Сфера профессиональной деятельности «человек – художественный образ». Вид деятельности хореографическое искусство. Программа ориентирована на формирование танцевальных способностей, на умение передавать в танце образное содержание.

Программа обучения составлена на 5 лет и рассчитана на детей в возрасте от 5 до 17 лет.

В 2022-2023 учебном году по программе обучаются дети 14-17 лет, 5 год обучения, общий объём часов 288 ч.

Цель программы: создание условий, способствующих раскрытию и развитию природного и творческого потенциала ребенка на основе интересов; формирование приемов передачи художественного образа языком танца.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать устойчивый интерес к танцу;
- способствовать освоению основ хореографического искусства;

Развивающие:

- формирование умения передавать в танце образное содержание;
- способствовать формированию чувства ритма, темпа, исполнительских навыков танца;
- сформировать чувство уверенности в себе, умение взаимодействовать со сверстниками;
- развить творческую активность детей;

Воспитательные:

- создание дружественной среды вокруг самоопределяющейся личности

Количество групп 5-го года обучения – 1 группа;

Количество обучающихся в каждой группе – 10-15 чел.

Формы организации процесса обучения:

- традиционное занятие
- комбинированное занятие
- практическое занятие
- игра, праздник, фестиваль
- репетиции
- концерт, открытый урок

Текущая аттестация проходит в период с **19.12.22 по 23.12.22 г.**

Промежуточная аттестация проходит в период с **15.05.23 по 24.05.23.**

Диагностика проходит с **13.04.23 по 06.05.23**

Показом уровня подготовки детей являются участие в отчетном концерте.

Итоговое занятие (в виде открытых занятий для родителей, показательных выступлений). В конце года проводится отчетный концерт - открытый показ, демонстрация детьми педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного детьми учебного материала.

Календарно-тематический план
Группа 14-17 лет
5-й год обучения

Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием, утвержденным директором.

| № | Раздел программы | Итог о часов | Краткое содержание занятия | Дата по плану | Дата по факту |
|---|------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|
| 1 | Вводное занятие | 2ч | Расписание занятий. Решение коллективных проблем с родительским комитетом. Проведение анкетирования комплектование групп, Инструктаж по ОТ, ТБ и ОБЖ. | СЕНТЯБРЬ | |
| 2 | Основы музыкальной культуры | 2ч | Выработка приемов передачи музыкального образа. | | |
| 3 | Тренировочные упражнения | 1ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 4 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Повторение полученных ранее знаний и умений, навыков. Темп исполнения увеличивается. Применяется отдельным блоком для развития и укрепления групп мышц: спины, живота, силы и натянутости ног. | | |
| 5 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняются в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки. | | |
| 6 | Этикет танцев | 2ч | Воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми. | | |
| 7 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе. | | |
| 8 | Элементы современного танца | 1ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |

| | | | | | |
|----|------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 9 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняются в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 10 | Танцевальная импровизация | 1ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 11 | Элементы современного танца | 2ч | Основные технические принципы модерн – джаз танца | | |
| 12 | Тренировочные упражнения | 2ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 13 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Упражнения исполняются в положении стоя, лежа на спине, лежа на боку. | | |
| 14 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 15 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях.. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе. | | |
| 16 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Упражнения исполняются в положении стоя, лежа на спине, лежа на боку. | | |
| 17 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняются в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| | | | | | |

| | | | | | |
|----|---------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--|
| 18 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | ОКТЯБРЬ | |
| 19 | Основы музыкальной культуры | 1ч | Выработка приемов передачи музыкального образа. | | |
| 20 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 21 | Тренировочные упражнения 10.23 | 2ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 22 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 23 | Танцевальная импровизация | 1ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 24 | Элементы и движения классического экзерсиса | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала | | |
| 25 | Тренировочные упражнения | 1ч | Типичные упражнения аэробики | | |
| 26 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Шпагаты, растяжки. | | |
| 27 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 28 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |

| | | | | | |
|----|---------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 29 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп. | | |
| 30 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Упражнения у станка и на середине зала | | |
| 31 | Элементы современного танца | 2ч | Прыжковые упражнения исполняются с увеличением амплитуды прыжка. | | |
| 32 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Шпагаты, растяжки. Элементы акробатики. | | |
| 33 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Упражнения у станка и на середине зала | | |
| 34 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Шпагаты, растяжки. Элементы акробатики. | | |
| 35 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 36 | Тренировочные упражнения | 2ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 37 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 38 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Шпагаты, растяжки. Элементы акробатики | | |
| 39 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 40 | Элементы и движения классического танца | 1ч | .. Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 41 | Тренировочные упражнения | 2ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 42 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях.. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе. | | |

| | | | | | |
|----|------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--|
| 43 | Тренировочные упражнения 11.22 | 1ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 44 | Элементы современного танца | 2ч | Основные технические принципы модерн – джаз танца | | |
| 45 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 46 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 47 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 48 | Тренировочные упражнения | 1ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 49 | Элементы современного танца | 2ч | Основные технические принципы модерн – джаз танца | | |
| 50 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Шпагаты, растяжки. | | |
| 51 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп. | | |
| 52 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 53 | Тренировочные упражнения | 1ч | Типичные упражнения аэробики. | Н О Я Б Р Ъ | |
| 54 | Элементы и движения классического танца | 2ч | . Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп. | | |
| 55 | Танцевальная импровизация | 1ч | Развитие воображения, фантазии, умения находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки. | | |
| 56 | Тренировочные упражнения | 2ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и | | |

| | | | | | |
|----|---------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| | | | подготовить его к выполнению основной работы. | | |
| 57 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 58 | Танцевальная импровизация | 1ч | . Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 59 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 60 | Тренировочные упражнения | 1ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и подготовить его к выполнению основной работы. | | |
| 61 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 62 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 63 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 64 | Тренировочные упражнения | 2ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и подготовить его к выполнению основной работы. | | |
| 65 | Партерная гимнастика элементы акробатики 12.22 | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 66 | Танцевальная импровизация | 2ч | Развитие воображения, фантазии, умения находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки. | | |
| 67 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 68 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в | | |

| | | | | | |
|----|------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--|
| | | | координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 69 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 70 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 71 | Танцевальная импровизация | 2ч | Развитие воображения, фантазии, умения находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки. | | |
| 72 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | ДЕКАБРЬ | |
| 73 | Тренировочные упражнения | 1ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и подготовить его к выполнению основной работы. | | |
| 74 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 75 | Элементы и движения классического экзерсиса | 1ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе. | | |
| 76 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 77 | Элементы современного танца | 2ч | Основные технические принципы модерн – джаз танца | | |
| 78 | Тренировочные упражнения | 1ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и подготовить его к выполнению основной работы. | | |
| 79 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 80 | Танцевальная импровизация | 1ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |

| | | | | | | |
|----|------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--|--|
| | | | | | | |
| 81 | Тренировочные упражнения | 2ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и подготовить его к выполнению основной работы. | | | |
| 82 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | | |
| 83 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | | |
| 84 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | | |
| 85 | Тренировочные упражнения | 1ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и подготовить его к выполнению основной работы | | | |
| 86 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | | |
| 87 | Танцевальная импровизация 01.23 | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | ЯНВАРЬ | | |
| 88 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | | |
| 89 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | | |
| 90 | Тренировочные упражнения | 1ч | Разминка перед основной частью, необходимо просто активизировать организм и подготовить его к выполнению основной работы. | | | |
| 91 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или | | | |
| | | | | | | |

| | | | | | |
|-----|------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| | | | импровизация). | | |
| 92 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе. | | |
| 93 | Танцевальная импровизация | 1ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 94 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 95 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 96 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 97 | Тренировочные упражнения | 2ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 98 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 99 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 100 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 101 | Тренировочные упражнения | 2ч | Типичные упражнения аэробики. | | |
| 102 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 103 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями | | |

| | | | | | |
|-----|------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--|
| | | | рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 104 | Элементы современного танца 02 23 | 2ч | Основные технические принципы модерн – джаз танца | | |
| 105 | Тренировочные упражнения | 1ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе, в координации с движениями рук. | | |
| 106 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 107 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 108 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 109 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 110 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 111 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | ФЕВР АЛЬ | |
| 112 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 113 | Тренировочные упражнения | 1ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе, в координации с движениями рук. | | |
| 114 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. | | |
| | | | | | |

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------------------|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--|
| | | | Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 115 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 116 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 117 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 118 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 119 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 120 | Тренировочные упражнения | 2ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 121 | Элементы современного танца | 1ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация) | | |
| 122 | Партерная гимнастика элементы акробатики 03.23 | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | МАРТ | |
| 123 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. | | |
| 124 | Тренировочные упражнения | 2ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 125 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 126 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, | | |

| | | | | | |
|-----|------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| | | | растяжки | | |
| 127 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 128 | Тренировочные упражнения | 2ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 129 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 130 | Тренировочные упражнения | 1ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 131 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 132 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 133 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 134 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 135 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 136 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями | | |

| | | | | | |
|-----|-----------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| | | | рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 137 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 138 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 139 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 140 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 141 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 142 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 143 | Тренировочные упражнения 04.23 | 2ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе, в координации с движениями рук. | | |
| 144 | Танцевальная импровизация | 2ч | формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, импровизировать, создавая пластичный образ; | | |

| | | | | | |
|-----|-----------------------------------------|----|----------------------------------------------------|--|--|
| 145 | Танцевальная импровизация | 1ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 146 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – | | |

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--|
| | | | форс в прыжках и вращениях.. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 147 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 148 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 149 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 150 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 151 | Тренировочные упражнения | 2ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе, в координации с движениями рук. | | |
| 152 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 153 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 154 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 155 | Танцевальная импровизация | 1ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 156 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | АПРЕЛ Б | |

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 157 | Элементы и движения классического танца | 1ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях.. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 158 | Тренировочные упражнения | 2ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 159 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация).а | | |
| 160 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 161 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. | | |
| 162 | Тренировочные упражнения | 1ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 163 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 164 | Партерная гимнастика элементы акробатики 05.23 | 1ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 165 | Элементы и движения народного танца | 2ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растет темп музыки | | |
| 166 | Тренировочные упражнения | 1ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 167 | Танцевальная импровизация | 2ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 168 | Тренировочные упражнения | 1ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе | | |
| 169 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – | | |

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|
| | | | форс в прыжках и вращениях.. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 170 | Партерная гимнастика элементы акробатики | 2ч | Развитие и укрепление подвижности и натянутасти стоп, гибкости спины, выворотности, шпагаты, растяжки | | |
| 171 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 171 | Элементы современного танца | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 172 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 173 | Итоговое занятие | 2ч | | | |
| 174 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 175 | Танцевальная импровизация | 1ч | Пластические импровизации (без показа педагога). | | |
| 176 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе | | |
| 177 | Элементы и движения народного танца | 1ч | Усложняются техника, координация движений. Движения у станка и на середине исполняется в координации с движениями рук. Упражнения у станка выполняются в характере русских танцев. Усложняется ритмический рисунок, растёт темп музыки | | |
| 178 | Элементы современного | 2ч | Методика преподавания современного танца: (разогрев, | МАЙ | |

| | | | | | |
|-----|-----------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| | танца | | изоляция, упражнения для позвоночника, уровни, кросс – перемещение в пространстве, комбинация или импровизация). | | |
| 179 | Элементы и движения классического танца | 2ч | Упражнения у станка и на середине зала. Развитие мышечных ощущений | | |
| 180 | Тренировочные упражнения | 1ч | Все упражнения исполняются с увеличенной амплитудой движения, в ускоренном темпе, в координации с движениями рук. | | |
| 181 | Танцевальная импровизация | 2ч | формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, импровизировать, создавая пластичный образ; | | |
| | Всего: | 288ч | | | |

