

Календарный учебный график

Детского объединения «Современный танец «SNAP» (базовый уровень)», год обучения – 1, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 академических часа)

Педагог д/о: Блинова В.А.

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория, практика	2	Ритмико-танцевальный комплекс. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ, «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танц. приветствия 1 г. об. – «Поклон». Выполнение танц. приветствия 1 г. об. – «Поклон». Повторение упражнений, движений и комбинаций, изученных ранее по программе «Ритмика «SNAP».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
2.	Сентябрь			Теория, практика	2	Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела). Изучение, освоение техники выполнения программных упражнений и элементов на разогрев частей тела. Выполнение: разогрев ног (стопа, колено, пах) – выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
3.	Сентябрь			Теория, практика	2	Изучение, освоение техники выполнения программных упражнений и элементов на разогрев частей тела. Разогрев шейного отдела позвоночника (движения головой): наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
4.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение: разогрев плечевого пояса (варианты движений плечами): работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения плечами; «волна» плечами.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
5.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение: разогрев рук (варианты упражнений): круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава; комбинации для рук с использованием упражнения «волна».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
6.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение: разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса); расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, gpor); упражнения stretch характера. Растягивание.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
7.	Сентябрь			Теория, практика	2	Основы партерной гимнастики (parterre). Вводное занятие. Назначение, основные задачи партерной	ДЮЦ «Ровесник»,	Опрос

						гимнастики. Требования к технике исполнения изучаемых упражнений и элементов. Выполнение упражнений, изученных ранее по программе «Ритмика «SNAP».	каб. №14	
8.	Сентябрь			Теория, практика	2	Упражнения для развития подвижности стоп. Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп. Выполнение упражнений: вытягивание и сокращение стопы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
9.	Октябрь			Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп. Выполнение: круговые и полукруговые движения стопой; разворот стопы из VI позиции в I.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
10.	Октябрь			Теория, практика	2	Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности. Правила выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности. Выполнение упражнений: наклон корпуса вперед вдоль ног – «складывание», «перетягивание корпуса»; наклоны в положении «разножка».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
11.	Октябрь			Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности. Выполнение упражнений: «складывание», «перетягивание корпуса», наклоны в положении «разножка», «лягушка», «звездочка».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
12.	Октябрь			Практика	2	Выполнение: упражнение «бабочка», «лягушка», «звездочка».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
13.	Октябрь			Теория, практика	2	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Выполнение упражнений: «лодочка», «кораблик».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
14.	Октябрь			Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Выполнение упражнений: «качалка», «колечко».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
15.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: «кошечка», «змейка».	ДЮЦ «Ровесник»,	Контрольные упражнения

							каб. №14	
16.	Октябрь			Теория, практика	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение упражнений: медленный подъем ног вверх в положении «лежа», «уголок».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
17.	Октябрь			Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение упражнений: «велосипед».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
18.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: «ножницы», «планка».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
19.	Ноябрь			Теория, практика	2	Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Выполнение упражнений: «шпагат» вперед (с правой, левой ноги).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
20.	Ноябрь			Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Выполнение упражнений: «шпагат» поперечный.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
21.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: «шпагат» вперед (с правой, левой ноги), «шпагат» поперечный.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
22.	Ноябрь			Теория, практика	2	Акробатические упражнения. Правила выполнения акробатических упражнений. Выполнение упражнений: «березка», «мостик».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
23.	Ноябрь			Теория, практика	2	Правила выполнения акробатических упражнений. Выполнение упражнений: «стойка на руках» (изучение – у опоры); «кувырок» - вперед, назад (через правое, левое плечо).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
24.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: упражнение «колесо»; переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
25.	Ноябрь			Теория, практика	2	Основы классического танца. Вводное занятие. Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических рас. Изучение «точек» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Танцевальная импровизация на заданную тему с применением «точек» танцевального зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос

26.	Ноябрь			Теория, практика	2	Техника исполнения позиций ног (I, II, III, V) – лицом к балетному станку. Правила техники выполнения позиций ног (I, II, III, V). Выполнение постановки ног в I, II, III, V позициях классического танца.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
27.	Декабрь			Теория, практика	2	Техника исполнения releve на полупальцы (I, V позиции) – лицом к балетному станку. Правила техники выполнения упражнения releve на полупальцы (I, V позиции). Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
28.	Декабрь			Теория, практика	2	Правила техники выполнения упражнения releve. Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
29.	Декабрь			Теория, практика	2	Техника исполнения DemiPlie по I, II, V позициям (лицом к балетному станку). Правила техники выполнения комбинации DemiPlie по I, II, V позициям. Выполнение: DemiPlie по I, II позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
30.	Декабрь			Теория, практика	2	Правила техники выполнения комбинации DemiPlie по I, II, V позициям. Выполнение: DemiPlie по V позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
31.	Декабрь			Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения DemiPlie по I, II, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
32.	Декабрь			Теория, практика	2	Техника исполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку). Правила выполнения BattementTandu по I, V позициям. Выполнение: BattementTandu по I позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
33.	Декабрь			Теория, практика	2	Правила выполнения BattementTandu по I, V позициям. Выполнение: BattementTandu по V позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
34.	Декабрь			Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
35.	Декабрь			Теория, практика	2	Техника исполнения BattementTandujete по I, V позициям (лицом к балетному станку). Правила выполнения BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям. Выполнение: BattementTandujete по I позиции по всем направлениям.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
36.	Январь			Теория, практика	2	Правила выполнения BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям. Выполнение: BattementTandujete по V позиции по всем направлениям.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

37.	Январь			Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения Battement Tandujete по I, V позициям по всем направлениям.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
38.	Январь			Теория, практика	2	Техника исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку). Правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).Выполнение: «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
39.	Январь			Теория, практика	2	Правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку). Выполнение, наработка техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
40.	Январь			Теория, практика	2	Техника исполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса. Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.Выполнение Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
41.	Январь			Теория, практика	2	Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса. Выполнение Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
42.	Февраль			Теория, практика	2	Техника исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции. Правила техники исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции.Выполнение «поджатого» прыжка по IV позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
43.	Февраль			Теория, практика	2	Основы современного танца. Вводное занятие. Цели, задачи обучения. История возникновения современных танцевальных направлений.Импровизация на заданную тему.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
44.	Февраль			Теория, практика	2	Постановка ног, рук. Простейшие шаги и переходы. Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Изучение комбинаций на основных шагах и переходах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
45.	Февраль			Теория, практика	2	Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Выполнение постановки ног, рук в современном танце.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
46.	Февраль			Практика	2	Выполнение комбинаций на основные шаги и переходы; наработка техники исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения

47.	Февраль			Теория, практика	2	Техника исполнения движений и элементов современного танца. Правила техники исполнения движений и элементов современного танца. Выполнение элементов: «пружинка», «батут», «мельница».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
48.	Февраль			Теория, практика	2	Правила техники исполнения движений и элементов современного танца. Выполнение элементов: «окошки».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
49.	Февраль			Практика	2	Выполнение элементов: «ёлочки и палочки».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
50.	Март			Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения: «пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
51.	Март			Теория	2	Техника исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца. Правила техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца. Выполнение: «книжка-раскладушка».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
52.	Март			Практика	2	Выполнение: «реактивный самолет».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
53.	Март			Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения упражнений: «книжка-раскладушка», «реактивный самолет».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
54.	Март			Теория, практика	2	Комбинации на заданную тему. Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца. Выполнение комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
55.	Март			Теория, практика	2	Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца. Выполнение комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольное задание
56.	Март			Теория	2	Танцевально-художественное творчество. Вводное занятие. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос

57.	Март			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность). Создание сценического образа. Выполнение ТХД: создание сценического образа, работа над музыкальностью.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
58.	Апрель			Теория, практика	2	Музыкальность. Выполнение ТХД: работа над музыкальностью, сценический образ.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
59.	Апрель			Теория, практика	2	Создание сценического образа. Музыкальность. Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
60.	Апрель			Теория, практика	2	Выразительность и эмоциональность исполнения. Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения. Изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
61.	Апрель			Теория, практика	2	Рисунок танца. Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
62.	Апрель			Теория, практика	2	Изучение танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Выполнение ТХД: Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
63.	Апрель			Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
64.	Апрель			Практика	2	Выполнение ТХД: Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Оработка элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
65.	Апрель			Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
66.	Апрель			Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
67.	Май			Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
68.	Май			Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

69.	Май			Практика	2	Выполнение ТХД: репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
70.	Май			Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
71.	Май			Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие. Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Открытое занятие

Календарный учебный график
_____ учебный год

Детского объединения «Современный танец «SNAP» (базовый уровень)», год обучения – 2, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 часа)

Педагог д/о: Блинова В.А.

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	2	Вводное занятие. Введение в программу 2 года обучения. Инструктажи по ОТ и ПБ, правила поведения в хореографическом классе. Повторение упражнений, движений, комбинаций, изученных на первом году обучения.		
2.				Теория	2	Основы партерной гимнастики (par terre). Правила выполнения упражнений для развития подвижности стоп, тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности, гибкости плечевого и поясного суставов.		
3.				Теория	2	Правила выполнения упражнений для развития подвижности позвоночника, на укрепление мышц брюшного пресса, на растяжку мышц и связок. Правила выполнения упражнений на развитие балетного шага. Правила выполнения акробатических упражнений.		
4.				Практика	2	Выполнение упражнений для подвижности стопы: вытягивание и сокращение стопы, круговые и		

						полукруговые движения стопой, «резиночка», разворот стопы из VI позиции в I.		
5.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ТЗ суставов, эластичности мышц бедра, выворотности - «Складывание», «Перетягивание корпуса», наклоны в положении «Разножка», «Кач» корпусом к ногам, «Бабочка», «Лягушка», «Звездочка», «Неваляшка», «Passe» с разворотом колена.		
6.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника - «Лодочка», «Кораблик», «Качалка», «Складочка».		
7.				Практика	2	Выполнение упражнений: «Колечко», упражнение «Кошечка», упражнение «Змейка», наклоны назад в положении «лежа», «сидя».		
8.				Практика	2	Выполнение упражнений на укрепление мышц брюшного пресса: медленный подъем ног вверх в положении «лежа», упражнение «Складочка», «Уголок», «Велосипед»,		
9.				Практика	2	Выполнение упражнений: «Боковое скручивание», «Нижний кач», «Верхний кач», «Ножницы», «Планка»		
10.				Практика	2	Выполнение упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага: растяжка в «Шпагат» в положении «лежа на спине», растяжка в «Шпагат» в положении «лежа на животе».		
11.				Практика	2	Выполнение упражнений: растяжка в «Шпагат» в положении «лежа на боку», растяжка с наклоном «вперед», «Шпагат» вперед (с правой, левой ноги), «Шпагат» поперечный.		
12.				Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: «березка», «мостик», «стойка на руках» (проучивание – у опоры); «кувырок» - вперед, назад (через правое, левое плечо).		
13.				Практика	2	Выполнение упражнений: «колесо», «арабское колесо», «рандат», «перемет», переворот «вперед», «назад» из положения «Мостик».		
14.				Теория, практика	2	Танец – движение. Вводное занятие. История возникновения танцевальных направлений – «Modern», «Jazz», «Jazz-Modern». Основные технические принципы «Jazz-Modern» танца. Повторение танцевальных		

						движений и комбинаций, изученных на первом году обучения.		
15.				Теория, практика	2	Постановка корпуса, рук, ног в современном танце. Основные позиции. Правила постановки корпуса, рук, ног в современном танце. Основные позиции рук и ног в «Jazz-Modern» - танце. Выполнение упражнений и танцевальных комбинаций.		
16.				Теория	2	Основы «Jazz-Modern» - танца. Правила выполнения упражнений для развития гибкости позвоночника. Техника – «Изоляция», правила выполнения упражнений. Техника – «Координация», правила выполнения упражнений.		
17.				Теория	2	«Уровни – Levels» (Левелз). Определение понятия «уровни» в «Jazz-Modern» танце. Основные принципы освоения «уровней». Правила выполнения упражнений и танцевальных комбинаций в разных уровнях.		
18.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития гибкости позвоночника: Roll down / up – Roll down Roll up; Flat back. Flat back вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом, Deep body bend, Twist и спираль; Deep body bend.		
19.				Практика	2	Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна» – передняя, задняя, боковая).		
20.				Практика	2	Выполнение базовых упражнений и элементов «Jazz-Modern» танца в технике «Изоляция»: голова - наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Плечи - прямые направления, «крест», «квадрат», «полукруг», «круг», «восьмерка», «твист», «шейк».		
21.				Практика	2	Грудная клетка: движения из стороны в сторону, вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек; пелвис: «крест», «квадрат», «круг», «полукруг», «восьмерка», «shimmi», «jelly roll».		
22.				Практика	2	руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.		

23.				Практика	2	Выполнение базовых упражнений и элементов «Jazz-Modern» танца в технике «Изоляция»: ноги - движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой.		
24.				Практика	2	Выполнение базовых упражнений и комбинаций «Jazz-Modern» танца в технике «Координация»: свинговое раскачивание двух центров; параллель и оппозиция в движении двух центров.		
25.				Практика	2	Выполнение базовых упражнений и комбинаций «Jazz-Modern» танца в технике «Координация»: принцип управления, «импульсные цепочки»; координация движения рук и ног, без передвижения.		
26.				Практика	2	Выполнение упражнений и танцевальных комбинаций в разных уровнях («Levels»): основные уровни: «стоя», «сидя» (ноги в различных положениях); «лежа», «на корточках», «стоя на коленях».		
27.				Практика	2	Выполнение: упражнения стрэтч–характера в различных положениях; переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.		
28.				Практика	2	Выполнение упражнений: на contraction и release в положении «сидя»; твист и спирали торса в положении «сидя»; движения изолированных центров.		
29.				Теория, практика	2	Кросс. Перемещение в пространстве. Понятия «кросс», «пространство» в «Jazz-Modern» танце. Основные принципы освоения. Выполнение упражнений и элементов: шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад; шаги по квадрату; шаги с мультипликацией.		
30.				Практика	2	Выполнение упражнений и элементов: основные шаги афро-танца; трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах; триплеты с продвижением вперед, назад и по кругу.		
31.				Теория, практика	2	Прыжки. Правила выполнения прыжков «Jazz-Modern» танца. Выполнение заданных упражнений и элементов: Нор (hop-passé с руками во II и III позициях); hop с ногой на 45о в стороне.		
32.				Практика	2	Выполнение заданных упражнений и элементов: jump;		

						Leap.		
33.				Теория, практика	2	Вращения. «Вращение» как способ передвижения в пространстве. Техника выполнения вращений «Jazz-Modern» танца. Выполнение упражнений, вращений: вращения на двух ногах. Повороты на одной ноге на 360 градусов.		
34.				Практика	2	Выполнение упражнений, вращений: «подготовка» к выполнению джазового тура.		
35.				Практика	2	Выполнение упражнений, вращений: комбинации на тренировку выполнения джазового тура (правая, левая нога).		
36.				Теория, практика	2	Комбинация или импровизация. Техника выполнения комбинаций. Правила импровизации на заданную тему. Выполнение заданных комбинаций (импровизация): развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней,		
37.				Практика	2	Выполнение заданных комбинаций (импровизация): развернутые комбинации.		
38.				Практика	2	Выполнение заданных комбинаций (импровизация): развернутые комбинации с перемещением в пространстве.		
39.				Практика	2	Выполнение заданных комбинаций (импровизация): развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней.		
40.				Практика	2	Выполнение заданных комбинаций (импровизация): развернутые комбинации с использованием различных способов вращения и прыжков.		
41.				Теория	2	Танцевально-художественное творчество. Вводное занятие. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе. Знакомство с музыкальным материалом.		
42.				Теория	2	Экзерсис на середине зала (репетиционная, реставрационная, концертная деятельность). Создание сценического образа. Музыкальность. <ul style="list-style-type: none"> – синхронность в исполнении; – работа над техникой исполнения; – отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений; – выразительность и эмоциональность исполнения. 		

43.				Теория	2	Экзерсис на середине зала. Правила выполнения танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе.		
44.				Теория	2	Экзерсис на середине зала. Рисунок танца.		
45.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, музыкальность.		
46.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, музыкальность. Изучение танцевальных движений.		
47.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.		
48.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений (продолжение).		
49.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации.		
50.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации (продолжение).		
51.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации (продолжение).		
52.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации (закрепление).		
53.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в образах.		
54.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в образах, переходах.		
55.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.		
56.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов.		
57.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов (закрепление).		
58.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над музыкальностью.		
59.				Практика	2	Выполнение ТХД: музыкальность, синхронность в исполнении.		
60.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении.		
61.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.		
62.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка техники исполнения.		
63.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.		
64.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.		

65.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения.		
66.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность, эмоциональность исполнения. Техника исполнения.		
67.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений (закрепление).		
68.				Практика	2	Выполнение ТХД: репетиции на сценической площадке.		
69.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие репетиции на сценической площадке.		
70.				Практика	2	Выполнение ТХД: сводные репетиции на сценической площадке.		
71.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.		
72.				Практика	2	Итоговое занятие. Открытое занятие. Зачёт.		

Календарный учебный график

_____ учебный год

Детского объединения «Современный танец «SNAP» (базовый уровень)», год обучения – 3, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 часа)

Педагог д/о: Блинова В.А.

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	2	Ритмико-танцевальный комплекс. Вводное занятие. Введение в программу 3 года обучения. Инструктажи по ОТ и ПБ, правила поведения в хореографическом классе. Повторение упражнений, движений, комбинаций, изученных на втором году обучения.		Опрос, обсуждение
2.				Практика	2	Основы партерной гимнастики (parterre). Техника выполнения комбинаций упражнений: для развития тазобедренного сустава. Выполнение акробатических упражнений: переворот через правое, левое плечо; переворот через правое и левое плечо с раскрытием ног поочередно в «шпагат»; выход в «мостик» с переворотом через стойку на руках с раскрытием ног поочередно в шпагат;		

3.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности.		
4.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: для развития выворотности.		
5.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.		
6.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: на укрепление мышц брюшного пресса.		
7.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.		
8.				Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: переворот через правое, левое плечо; переворот через правое и левое плечо с раскрытием ног поочередно в «шпагат».		
9.				Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: выход в «мостик» с переворотом через стойку на руках с раскрытием ног поочередно в шпагат.		
10.				Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: выход в «мостик» с переворотом через стойку на руках с раскрытием ног поочередно в шпагат; «колесо» на двух руках (на одной).		
11.				Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: «колесо» на двух руках (на одной).		Контрольные упражнения
12.				Практика	2	Танец – движение. Экзерсис на середине зала. Техника выполнения упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern». Комбинации для разогрева стоп и коленных суставов. Комбинации для головы и шейных позвонков.		
13.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинация Demi-plies в эстрадно-джазовом исполнении.		
14.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинация Battements tendus в эстрадно-джазовом исполнении.		
15.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинация Battement stendu sjetes в эстрадно-джазовом исполнении.		

16.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинация Batte ment stendu sjetes в эстрадно-джазовом исполнении (закрепление).		
17.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинация Rond de jambe par terre an dehor setan de dans с растяжкой в эстрадно-джазовом исполнении.		
18.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинация Grand batte ment sjetes в эстрадно-джазовом исполнении.		
19.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинация Grand batte ment sjetes в эстрадно-джазовом исполнении (закрепление).		
20.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинации упражнений для позвоночника.		
21.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития ОДА: комбинации упражнений для позвоночника (закрепление).		Контрольные упражнения
22.					2	Кросс. Перемещение в пространстве. Техника выполнения танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: шаги.		
23.				Практика	2	Техника выполнения танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: шаги, батманы.		
24.				Практика	2	Техника выполнения танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: прыжки.		
25.				Практика	2	Техника выполнения танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: прыжки, вращения.		Контрольные упражнения
26.				Практика	2	Прыжки. Техника выполнения комбинаций прыжков: grand pas de chat с продвижением.		
27.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций прыжков: grand pas de chat с продвижением (продолжение).		
28.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций прыжков: grand jeté с продвижением.		
29.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций прыжков: grand pas de chat с продвижением, jump с attitude.		Контрольные упражнения
30.				Практика	2	Вращения. Техника выполнения комбинаций: chainés в plie.		
31.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций: chainés в plie (с шаговыми переходами).		
32.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций: тур по 2 позиции.		

33.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций: тур по 2 позиции со спиралью (с шаговыми переходами).		Контрольные упражнения
34.				Практика	2	Комбинация или импровизация. Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений.		
35.				Практика	2	Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений (продолжение).		
36.				Практика	2	Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений (закрепление).		Контрольные задания
37.				Теория	2	Танцевально-художественное творчество. Экзерсис на середине зала (репетиционная, реставрационная, концертная деятельность). Создание сценического образа. Выполнение ТХД, направленной на создание хореографической композиции, ее сценического воплощения.		Наблюдение
38.				Теория	2	Музыкальность. Правила выполнения танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе.		
39.				Теория	2	Создание сценического образа. Музыкальность. Рисунок танца.		
40.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа.		Наблюдение
41.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, музыкальность.		
42.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, музыкальность (продолжение).		
43.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, музыкальность (закрепление).		
44.				Практика	2	Выполнение ТХД: музыкальность.		
45.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над музыкальностью.		
46.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений, музыкальность.		
47.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений. Работа над музыкальностью.		
48.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.		
49.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений (продолжение).		
50.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений (закрепление).		Наблюдение

51.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов.		
52.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации.		
53.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации (продолжение).		
54.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов.		
55.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации (продолжение).		
56.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов (продолжение).		
57.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над музыкальностью.		
58.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении.		Наблюдение
59.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.		
60.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения (продолжение).		
61.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении, техника исполнения.		
62.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.		
63.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений; синхронность в исполнении.		
64.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения.		
65.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения. Музыкальность.		
66.				Практика	2	Выполнение ТХД: репетиционная работа.		Наблюдение
67.				Практика	2	Выполнение ТХД: репетиционная работа (продолжение).		
68.				Практика	2	Выполнение ТХД: сводные репетиции на сценической площадке.		
69.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения. Музыкальность.		
70.				Практика	2	Выполнение ТХД: генеральные репетиции на сценической площадке.		
71.				Практика	2	Выполнение ТХД: генеральные репетиции на сценической площадке (продолжение).		
72.				Практика	2	Итоговое занятие. Открытое занятие. Зачёт.		Зачёт

Календарный учебный график
_____ учебный год

Детского объединения «Современный танец «SNAP» (базовый уровень)», год обучения – 4, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 часа)

Педагог д/о: Блинова В.А.

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	2	Ритмико-танцевальный комплекс. Вводное занятие. Введение в программу 4 года обучения. Инструктажи по ОТ и ПБ, правила поведения. Повторение упражнений, движений, комбинаций, изученных на третьем году обучения.		Опрос, обсуждение
2.				Теория	2	Основы партерной гимнастики (par terre). Правила техники выполнения комбинаций упражнений для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности.		
3.				Теория	2	Правила техники выполнения комбинаций упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника; на укрепление мышц брюшного пресса; на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Правила выполнения акробатических упражнений.		
4.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности.		
5.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности (продолжение).		
6.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.		
7.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника; на укрепление мышц брюшного пресса.		
8.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: на укрепление мышц брюшного пресса.		

9.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.		
10.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага (продолжение).		
11.				Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: переворот через правое, левое плечо; переворот через правое и левое плечо с раскрытием ног поочередно в «шпагат».		
12.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: выход в «мостик» с переворотом через стойку на руках с раскрытием ног поочередно в шпагат; «колесо» на двух руках (на одной).		
13.				Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: выход в «мостик» с переворотом через стойку на руках с раскрытием ног поочередно в шпагат; «колесо» на двух руках (на одной) – продолжение.		Контрольные упражнения
14.				Теория, практика	2	Танец – движение. Вводное занятие. Беседа на тему «Формирование и развитие контемпорари джаз-танца (contemporary jazz-dance)». Повторение танцевальных движений и комбинаций, изученных на третьем году обучения.		Опрос
15.				Теория	2	Экзерсис на середине зала. Правила выполнения упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».		
16.				Теория	2	Правила выполнения упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern» (продолжение).		
17.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинации для разогрева стоп и коленных суставов.		
18.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинации для головы и шейных позвонков.		
19.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинация Demi-plies в эстрадно-джазовом исполнении.		
20.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинация Battement tendus в эстрадно-джазовом исполнении.		
21.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинация Battement tendus jetes в эстрадно-джазовом исполнении.		
22.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинация Rond de jambe par terre an dehors et an dedans с растяжкой в эстрадно-джазовом исполнении.		

23.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинация Grand battements jetes в эстрадно-джазовом исполнении.		
24.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития ОДА: комбинации упражнений для позвоночника.		Контрольные упражнения
25.				Теория	2	Кросс. Перемещение в пространстве. Правила выполнения танцевальных комбинаций на двигательную ориентацию и перемещение в пространстве.		
26.				Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: шаги, батманы.		
27.				Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: прыжки, вращения.		
28.				Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: вращения.		
29.				Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: прыжки, вращения (продолжение).		Контрольные упражнения
30.				Теория, практика	2	Прыжки. Правила техники выполнения прыжков в эстрадно-джазовом исполнении. Выполнение комбинаций прыжков: grand pas de chat с продвижением.		
31.				Практика	2	Выполнение комбинаций прыжков: grand jeté с продвижением.		
32.				Практика	2	Выполнение комбинаций прыжков: jump с attitude.		Контрольные упражнения
33.				Теория	2	Вращения. Правила техники выполнения комбинаций вращений в эстрадно-джазовом исполнении.		
34.				Практика	2	Выполнение: комбинация chainés в plie (с шаговыми переходами);		
35.				Практика	2	Выполнение комбинаций: тур по 2 позиции со спиралью (с шаговыми переходами).		
36.				Практика	2	Выполнение комбинаций: chainés в plie (с шаговыми переходами); тур по 2 позиции со спиралью (с шаговыми переходами).		Контрольные упражнения
37.				Практика	2	Комбинация или импровизация. Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений.		
38.				Практика	2	Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений (продолжение).		

39.				Практика	2	Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений (продолжение).		Контрольное задание
40.				Теория	2	Танцевально-художественное творчество. Вводное занятие. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.		Опрос, обсуждение
41.				Теория	2	Экзерсис на середине зала (репетиционная, реставрационная, концертная деятельность). Создание сценического образа. Музыкальность.		Наблюдение
42.				Теория	2	Правила выполнения танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Рисунок танца.		
43.				Практика	2	Выполнение танцевально-художественной деятельности, направленной на создание хореографической композиции, ее сценического воплощения: создание сценического образа.		
44.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, музыкальность.		
45.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над музыкальностью; создание сценического образа.		
46.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, выразительность и эмоциональность исполнения.		
47.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа. Выразительность и эмоциональность исполнения.		Наблюдение
48.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.		
49.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений, музыкальность.		
50.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений, музыкальность, эмоциональность исполнения.		Наблюдение
51.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации; изучение движений.		
52.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации; работа над музыкальностью.		
53.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации. Нарботка техники исполнения.		
54.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов.		
55.				Практика	2	Выполнение ТХД: наработка техники исполнения, отработка элементов. Манера исполнения.		Наблюдение

56.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.		
57.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах; работа над музыкальностью.		
58.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах; синхронность в исполнении.		
59.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.		
60.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения.		
61.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения. Отработка синхронности.		
62.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения. Отработка синхронности. Нарботка техники исполнения.		
63.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений; музыкальность. Выразительность исполнения.		
64.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие репетиции.		Наблюдение
65.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие репетиции (продолжение).		
66.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие репетиции на сценической площадке.		
67.				Практика	2	Выполнение ТХД: сводные репетиции.		
68.				Практика	2	Выполнение ТХД: сводные репетиции на сценической площадке.		
69.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность, эмоциональность исполнения на сценической площадке.		
70.				Практика	2	Выполнение ТХД: генеральные репетиции на сценической площадке.		Наблюдение
71.				Практика	2	Выполнение ТХД: генеральные репетиции на сценической площадке.		
72.				Практика	2	Итоговое занятие. Творческая программа. Зачёт.		Зачёт