

Календарный учебный график

144 часа (2 раза в неделю по 2 академических часа)

Педагог д/о:

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория,	2	Введение в программу. Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
2.	Сентябрь			Теория, практика	2	Основы ритмики. Мелодия и движение. Подготовительные упражнения. Упражнения для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
3.	Сентябрь			Теория, практика	2	Контрастность музыки: быстрая – медленная – умеренная, веселая – грустная. Упражнения: «растягивание резинки» - упражнение для рук, «деревянные и тряпичные куклы»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
4.	Сентябрь			Теория	2	Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Знакомство с началом и концом фразы, характером музыки, динамикой, темпом. Основные понятия построения и перестроения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
5.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: «твердые и мягкие руки», «мельница», «пружинки»- приседание, «маятник»- перенос корпуса с носков на пятки и обратно. Музыкальные игры: «Внимание! Музыка», «Веселый поезд».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
6.	Сентябрь			Практика	2	«В походе», «Найди свое место», «Кот и мыши», «В стране чудес».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

7.	Сентябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: <ul style="list-style-type: none"> - ходьба бодрая и спокойная с подниманием ног на всей стопе и полупальцах; - шаг с носка; - бег с отбрасыванием ног назад и подъемом наверх; сочетание бега с ритмичными хлопками. 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
8.	Сентябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: <ul style="list-style-type: none"> - сочетание ходьбы с бегом; работа над образными движениями; - примеры: «Ходит балерина», «Шагают спортсмены», «Идет мишка», «Бегут цыплята», «Скачет заяц, белка»; хороводный сценический шаг; притопы (одинарные, двойные, тройной); <p>выставление ноги на пятку и носок. Положение рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - руки опущены вниз; - руки отведены в стороны; - подбоченившись; хлопки в ладоши; взмахи платочком; <p>использование предмета: (платочек, веточка, лента, мяч).</p>	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

9.	Октябрь			Практика	2	Создание детьми несложного музыкального образа. Игры на воображение, развитие мышечной, зрительной, эмоциональной памяти (примеры игр: «День и ночь», «Лиса и куры», «Повторяшки»). Темы для самостоятельной работы: – придумать интересный образ для игры «День и ночь»; сочинить простые движения для игры «Повторяшки».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
10.	Октябрь			Теория, практика	2	Понятие о правильной осанке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
11.	Октябрь			Практика	2	Понятие подтянутости корпуса. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
12.	Октябрь			Теория	2	Понятие о натянутости и выворотности ног. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

13.	Октябрь			Теория, практика	2	Выполнение упражнений: подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
14.	Октябрь			Теория, практика	2	Выполнение упражнений: подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку I позиции ног	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
15.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: I позиции ног	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
16.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: полуприседания и полное приседание (demi-plie и grand-plie) по I позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

17.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: полуприседания и полное приседание (demi-plie и grand-plie) по I позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
18.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: прыжок sote по VI позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
19.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: прыжок sote по VI позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
20.	Ноябрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
21.	Ноябрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
22.	Ноябрь			Практика	2	Почему народ танцует? Отражение в танце жизни людей. Ходы по кругу на полупальцах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
23.	Ноябрь			Теория, практика	2	Отражение в танце жизни людей. Удары всей стопой в пол.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
24.	Ноябрь			Теория, практика	2	Хлопки и притопы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

25.	Ноябрь			Практика	2	Галоп.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
26.	Ноябрь			Практика	2	Соскок на две ноги.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

27.	Декабрь			Практика	2	Подскоки.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
28.	Декабрь			Практика	2	Шаг польки.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
29.	Декабрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
30.	Декабрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
31.	Декабрь			Теория	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
32.	Декабрь			Теория, практика	2	Что такое эмоции. Внешнее выражение чувств человека	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
33.	Декабрь			Теория, практика	2	Внешнее выражение чувств человека. Приемы выражения чувств: радость.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
34.	Декабрь			Практика	2	Внешнее выражение чувств человека. Приемы выражения чувств: грусть.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
35.	Декабрь			Практика	2	Музыкальные игры «В гостях у бабушки».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
36.	Январь			Теория	2	Музыкальные игры «Репка».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

37.	Январь			Теория, практика	2	Представления о своем физическом теле, из чего оно состоит и как работает. Партерная гимнастика. Упражнение: постановка корпуса сидя на полу: «стульчики кресло».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
38.	Январь			Практика	2	Упражнение: «старики и молодые»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
39.	Январь			Практика	2	Упражнения для стоп: одно временное сокращение стоп «Иголки, утюжки», поочередное сокращение стоп «Нажимаем на педали», круговое вращение стоп.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
40.	Январь			Практика	2	Упражнения: наклоны вперед к ногам: «прищепка «или «книжка»; с хлопками рук.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
41.	Январь			Практика	2	Упражнения лёжа на животе: перегибы корпуса назад на вытянутых руках; «мудрая змея»; «корзиночка»;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
42.	Февраль			Практика	2	Упражнения: - раскрытие рук в стороны: «самолетик»; - одновременное поднятие рук и ног: «парашютисты»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
43.	Февраль			Практика	2	Упражнения: поочередное поднятие рук и ног: «лодочка», «велосипед медленно («поднимаемся в гору»), быстро («катимся с горы»).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
44.	Февраль			Практика	2	Упражнения: - сидя: «лягушка»; - растяжки: «мостик» исполнять из положения: лежа; стоя на коленях и во весь рост.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
45.	Февраль			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
46.	Февраль			Теория	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

47.	Февраль			Теория, практика	2	Беседа о том, что такое хореография, танец.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
-----	---------	--	--	------------------	---	---------------------------------------------	--------------------------------	--

48.	Февраль			Теория, практика	2	Разговор о деятельности детского хореографического ансамбля.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
49.	Февраль			Практика	2	Знакомство с сюжетом, характером героев. Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
50.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
51.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
52.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
53.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
54.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
55.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
56.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

57.	Март			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
58.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
59.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

60.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
61.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
62.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
63.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
64.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
65.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
66.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

67.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
68.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
69.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
70.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
71.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	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

Детского объединения «**Основы хореографии**», год обучения – 2, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 академических часа) Педагог

д/о:

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория	2	Введение в программу второго года обучения. Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

2.	Сентябрь			Теория	2	Знакомство с характером музыки (легато-связно, стаккато-отрывисто). Прослушивание музыкального материала: вальсы, марши.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
3.	Сентябрь			Практика	2	Подготовительные упражнения (усложняются и совершенствуются): упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
4.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: выпады вперед, в сторону;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
5.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: прыжки по VI позиции, по II с хлопками впереди и сзади, над головой;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
6.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: использование при сочинении подготовительных упражнений единой темы, близкой и понятной детям. Примеры: «Петушок расплясался», «Танцующие куклы», «Часы».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
7.	Сентябрь			Практика	2	Музыкальные игры: «Займи домик», «Потанцуем».	ДЮЦ «Ровесник»,	

							каб. №14	
8.	Сентябрь			Практика	2	Положения ног: – 1-я позиция ног; – 2-я позиция ног; – 3-я позиция ног.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
9.	Октябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: – сочетание ходьбы и бега; – прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

						<ul style="list-style-type: none"> – вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук. 		
10.	Октябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: <ul style="list-style-type: none"> – вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук; – сочетание прыжков с другими движениями; – подскоки на месте и с продвижением; – сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками. 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
11.	Октябрь			Практика	2	Составление музыкальных образов и композиций. Примеры тем: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай». Самостоятельная работа (придумать движения по темам, предложенным педагогом).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
12.	Октябрь			Теория	2	Зачем нужны упражнения у станка. Понятие устойчивости. Что такое опорная и рабочая нога.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
13.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения выполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
14.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения выполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
15.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения выполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

16.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения исполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
17.	Октябрь			Практика	2	Batement tendu в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
18.	Ноябрь			Практика	2	Batement tendu в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
19.	Ноябрь			Практика	2	Batement tendu в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
20.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
21.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
22.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
23.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
24.	Ноябрь			Практика	2	Batement frappe в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
25.	Ноябрь			Практика	2	Batement frappe в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
26.	Ноябрь			Практика	2	Batement frappe в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

27.	Декабрь			Теория	2	Как зародились первые танцы. Основа народного танца – трудовой процесс. Подражательные пляски	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
-----	---------	--	--	--------	---	-----------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	--

28.	Декабрь			Практика	2	Смена ритмического рисунка в движениях	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
29.	Декабрь			Практика	2	Смена ритмического рисунка в движениях	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
30.	Декабрь			Практика	2	Смена ритмического рисунка в движениях	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
31.	Декабрь			Практика	2	Положение рук на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
32.	Декабрь			Практика	2	Открывание рук в стороны	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
33.	Декабрь			Практика	2	Притоп	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
34.	Декабрь			Практика	2	«Ножницы»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
35.	Декабрь			Практика	2	Подготовка к «веревочке»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
36.	Январь			Практика	2	Приставной шаг demi-plié	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

37.	Январь			Практика	2	Приставной шаг demi-plie	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
38.	Январь			Практика	2	Приставной шаг demi-plie	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
39.	Январь			Практика	2	Повороты корпуса	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

40.	Январь			Практика	2	Подготовка к «моталочке»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
41.	Январь			Теория	2	Эмоциональность исполнения танца	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
42.	Февраль			Теория, практика	2	Понятие «имитация движений». Подражание движениям животных и птиц	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
43.	Февраль			Практика	2	Инсценировка песни «Три веселых гуся»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
44.	Февраль			Практика	2	Этюды: «Цирковые лошадки», «Воробушки»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
45.	Февраль			Практика	2	Этюд: «Петушок расплясался»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
46.	Февраль			Теория	2	Пластика-основа хореографии. Основные условия движения человека	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

47.	Февраль			Практика	2	Партерная гимнастика (совершенствование и усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений): <ul style="list-style-type: none"> - сидя; - постановка корпуса; - упражнения для стоп: круговое вращение стоп (веер) 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
48.	Февраль			Практика	2	Партерная гимнастика (совершенствование и усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений): <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для втягивания коленей; - сокращение стоп; - держась руками за пальцы и потянуть на себя (пятки от пола оторвать). 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
49.	Февраль			Практика	2	Relevant: <ul style="list-style-type: none"> - поочерёдное поднятие и опускание ног; - одновременное поднятие и опускание ног; - поднятие и опускание ног с отрывом рук от пола («Самолетик»); - упражнение для группировки мышц в воздухе 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
50.	Март			Практика	2	Relevant: <ul style="list-style-type: none"> - подъем обеих ног на 90°; - с помощью рывка подъем корпуса до упора на локтях и всё обратно («Стойка», «Березка»); - поочередный подъем ног: одновременный; по точкам; с разножкой. 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
51.	Март			Теория	2	Беседы о природе танца и его месте в культурной жизни общества	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

52.	Март			Теория	2	Легенды, сказки и их связь с танцами	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
53.	Март			Теория	2	Описание характера русского танца «В роще калина», танца «Домовята». Беседа о сценических костюмах к постановочному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
54.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
55.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
56.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
57.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
58.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

59.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
60.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
61.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

62.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
63.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
64.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
65.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
66.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
67.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
68.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
69.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
70.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
71.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	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

Детского объединения «**Основы хореографии**», год обучения – 3, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 академических часа) Педагог

д/о:

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория	2	Введение в программу третьего года обучения. Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
2.	Сентябрь			Теория	2	Музыкальные размеры – 4/4, 2/4, 3/4. Знакомство с характером музыки. Прослушивание музыкального материала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
3.	Сентябрь			Практика	2	Подготовительные упражнения (усложняются и совершенствуются): – упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп; – выпады вперед, в сторону; – прыжки по I поз., по II поз., по VI поз. ног	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
4.	Сентябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: – положения ног: 1-я позиция ног; 2-я позиция ног; 3-я позиция ног. – положение корпуса; – работа рук;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

						<ul style="list-style-type: none"> – сочетание ходьбы и бега; – прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад; – вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук 		
5.	Сентябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: <ul style="list-style-type: none"> – сочетание прыжков с другими движениями; – подскоки на месте и с продвижением; – сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками; – галоп и шаг польки. Музыкальные игры: «Гори, гори ясно», «Заплетай плетень».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
6.	Сентябрь			Теория	2	Понятия «Актер». Основы актерского мастерства. Голос и речь человека. Жест, мимика, движение.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
7.	Сентябрь			Практика	2	Составление музыкальных образов и композиций. Игры по развитию внимания («Имена», «Цвета», «Садовник и цветы», «Айболит», «Эхо» и др.).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
8.	Сентябрь			Практика	2	Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Создание образов под заданный музыкальный материал (изображение зверей, птиц, растений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
9.	Октябрь			Практика	2	Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Создание образов под заданный музыкальный материал (изображение зверей, птиц, растений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

10.	Октябрь			Теория, практика	2	Пластика – основа хореографии. Понятия: осанка, выворотность, равновесие, устойчивость. Партерная гимнастика (совершенствование и усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
11.	Октябрь			Практика	2	Упражнения сидя: – постановка корпуса; – упражнения для стоп: круговое вращение стоп (веер)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
12.	Октябрь			Практика	2	Упражнения сидя: – упражнения для втягивания коленей; – сокращение стоп; – держась руками за пальцы и потянуть на себя (пятки от пола оторвать).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
13.	Октябрь			Практика	2	Relevant: – поочерёдное поднятие и опускание ног; – одновременное поднятие и опускание ног; – поднятие и опускание ног с отрывом рук от пола.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
14.	Октябрь			Практика	2	Relevant: – лежа на спине: упражнение для группировки мышц в воздухе; – подъем обеих ног на 90°; – с помощью рывка подъем корпуса до упора на локтях и всё обратно («Стойка», «Березка»)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

15.	Октябрь			Практика	2	Relevelent: <ul style="list-style-type: none"> - поочередный подъем ног; одновременный; по точкам; с разножкой; - лёжа на животе: «Лягушка» 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
16.	Октябрь			Практика	2	Relevelent: <ul style="list-style-type: none"> - растяжки, разработка портерных комбинаций на образ: «Самоварчик», «Часы», «Петрушка» 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
17.	Октябрь			Теория	2	Беседа о правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене. Беседа об общественном этикете	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
18.	Ноябрь			Теория	2	Беседа: «Музыка – неотъемлемая часть хореографии»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
19.				Теория	2	Классический танец – азбука хореографии	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

20.	Ноябрь			Практика	2	Экзерсис у станка. Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: <ul style="list-style-type: none"> - постановка корпуса лицом к станку в VI позиции ног; - Demi plie по VI позиции. 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
21.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: <ul style="list-style-type: none"> - Releve на полупальцах по VI позиции; - наклоны и повороты головы у станка: внизвверх, вправо-влево 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

22.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: – позиции ног I, II, III, V; – Demi plie по I, II, V позиции	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
23.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: – Releve I, II, III, V.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
24.	Ноябрь			Практика	2	Экзерсис на середине. Поклон: руки из подготовительного положения, наклон головы вперед – для девочек. Для мальчиков только наклон головы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
25.	Ноябрь			Практика	2	– позиции рук I, II, III; – позиции ног I, II, III, V	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
26.	Ноябрь			Практика	2	– упражнения для рук; I – форма portdebras; – шаги на полупальцах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
27.	Ноябрь			Практика	2	Allegro: – прыжки по VI позиции	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
28.	Декабрь			Практика	2	Allegro: – прыжки по I позиции с сокращенными стопами	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
29.	Декабрь			Практика	2	Allegro: – подготовительный прыжок и sette по VI поз, руки в подготовительном положении.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
30.	Декабрь			Практика	2	Allegro: – подготовительный прыжок и sette по VI поз, руки в подготовительном положении.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

31.	Декабрь			Теория	2	Исторические корни русского танца. Особенности музыки – медленные хороводные и быстрые плясовые народные мелодии	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
32.	Декабрь			Теория	2	Исторические корни русского танца. Особенности музыки – медленные хороводные и быстрые плясовые народные мелодии	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
33.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – на всей стопе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
34.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – на полупальцах	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
35.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: с продвижением вперед, назад, в повороте, в рисунке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
36.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – топающий шаг на всей стопе и с продвижением вправо, влево	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
37.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – припадание по VI позиции	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
38.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – ис пользование рисунка в хороводах: «Змейка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
39.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Круг»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
40.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Ручеек»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

41.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Колонна»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
42.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Цепочка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
43.	Февраль			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Улитка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
44.	Февраль			Практика	2	Танцевальные игры на русском материале «Змейка с воротцами»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
45.	Февраль			Практика	2	Танцевальные игры на русском материале «Заплетись плетень» (Брянская область)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
46.	Февраль			Практика	2	Отработка изученных упражнений	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
47.	Февраль			Теория, практика	2	Знакомство с профессиональными особенностями эстрадного танца и разъяснение отличий от классического и народно-сценического танцев Диско-гимнастика. Основное положение	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
48.	Февраль			Практика	2	Разминка. Движения на основе разноименной координации. Чередование мышечного напряжения и расслабления в единстве	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
49.	Февраль			Теория	2	Беседа об эмоциональной передаче образа в номере «Порушка-Параня». Описание сценических костюмов	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
50.	Февраль			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
51.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

52.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
-----	------	--	--	----------	---	----------------------------------------------------------------------	--------------------------------	--

53.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
54.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
55.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
56.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
57.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
58.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
59.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
60.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
61.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

62.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
63.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
64.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
65.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
66.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
67.	Май			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
68.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
69.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
70.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
71.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие. Отчетный концерт	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Открытое занятие

