

Савенкова
Оксана
Юрьевна

Подписано цифровой
подписью: Савенкова
Оксана Юрьевна

Календарный учебный график

Детского объединения «Танцевальный ритм «SFERA» (базовый уровень)», год обучения – 1, 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	Вводное занятие. Введение в предмет. Инструктаж по технике безопасности. Танцевальная игра «Вальс дружбы».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
2.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Партерная гимнастика на полу.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
3.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Правила выполнения упражнений партерной гимнастики.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
4.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Гимнастический мостик.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
5.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Усложненные упражнения партерной гимнастики.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
6.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения гимнастики на полу: вытягивание и сокращение стоп.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
7.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения гимнастики на полу: наклоны корпуса вперед, вправо, влево.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
8.	Сентябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения гимнастики на полу: наклоны корпуса вперед, вправо, влево.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

9.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Медленное поднимание и опускание ног на 90гр.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
10.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Растяжка правой и левой ноги лёжа на спине.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
11.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Растяжка правой и левой ноги лёжа на спине.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
12.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Battement tandu в сочетании со спиральями в корпусе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
13.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Battement tandu в сочетании со спиральями в корпусе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
14.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Battement tandu iete в сочетании со спиральями в корпусе.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
15.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Battement tandu iete в сочетании со спиральями в корпусе.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
16.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения гимнастики на полу: titl (угол), с добавлением рук, торса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
17.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения гимнастики на полу: titl (угол), с добавлением рук, торса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
18.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Упражнения: голова: sundari-квадрат и sundari круг .	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
19.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Упражнения: плечи: разно ритмические комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
20.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Упражнения: грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
21.	Ноябрь			Теория, практика	2	Партер (техника низкого полета). Техника исполнения contraction и reliase. Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliase: спирали; виды	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

						поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.		
22.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
23.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
24.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
25.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
26.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
27.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
28.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
29.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
30.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliaсе: спирали; виды поворотов на полу; построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
31.	Декабрь			Теория, практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Силовые упражнения и упражнения стрейч – характера	ДЮЦ «Ровесник»,	Наблюдение

						Понятие «стрейч».	каб. №14	
32.	Декабрь			Теория, практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Правила выполнения силовых упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
33.	Декабрь			Теория, практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Упражнения: перевороты (вперед/назад с двух ног); поворот в передней затяжке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
34.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Упражнения: боковое равновесие; задняя затяжка.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
35.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Упражнения: боковое равновесие; задняя затяжка.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
36.	Январь			Практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Кувырок вдвоем держась за голени, простейшие поддержки.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
37.	Январь			Практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Кувырок вдвоем держась за голени, простейшие поддержки.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
38.	Январь			Практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Подготовительные упражнения к элементу «бочка», фляк.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
39.	Январь			Практика	2	Элементы гимнастики и акробатики. Подготовительные упражнения к элементу «бочка», фляк.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
40.	Январь			Практика	2	Кросс. Комбинации прыжков.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
41.	Январь			Практика	2	Кросс. Вращение как способ перемещения в пространстве.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
42.	Февраль			Практика	2	Кросс. Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360°;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
43.	Февраль			Практика	2	Кросс. Комбинации шагов, соединенных с вращениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
44.	Февраль			Практика	2	Кросс. Комбинации шагов, соединенных с вращениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

45.	Февраль			Теория, практика	2	Этюды. Изучение техника параллель и оппозиция.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
46.	Февраль			Теория, практика	2	Этюды. Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
47.	Февраль			Теория, практика	2	Этюды. Контактная импровизация: эмоциональный контакт в движении в группе, центр веса тела в поддержке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
48.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы); танец от разных частей тела.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
49.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Поток» (связь движений)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
50.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Поток» (связь движений)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
51.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Пространство за спиной».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
52.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Пространство за спиной».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
53.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
54.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
55.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Порядок входа в танец и его продолжительность».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
56.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Порядок входа в танец и его продолжительность».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
57.	Март			Практика	2	Этюды. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

58.	Апрель			Практика	2	Этюды. Танцевальные этюды.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
59.	Апрель			Практика	2	Этюды. Танцевальные этюды.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
60.	Апрель			Теория, практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп» Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис) Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: Sart simpson; running man; kick step; cabbage patch; root top; prep.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
61.	Апрель			Теория, практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Комбинации шагов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
62.	Апрель			Теория, практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Комбинации шагов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
63.	Апрель			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»:	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
64.	Апрель			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»:	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
65.	Апрель			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: running man.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
66.	Апрель			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: running man.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
67.	Май			Теория	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: kick step.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
68.	Май			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: kick step.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
69.	Май			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: cabbage patch.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
70.	Май			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп». Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: root top.	ДЮЦ «Ровесник»,	Наблюдение

							каб. №14	
71.	Май			Практика	2	Изучение техники движений танца «Хип-хоп» Танцевальные комбинации «Хип-хоп»: prep.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие	ДЮЦ «Ровесник»	Открытое занятие

Календарный учебный график

Детского объединения «Танцевальный ритм «SFERA» (базовый уровень)», 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	Вводное занятие. Введение в предмет второго года обучения. Образно-художественный мир танца. Комбинации в парах. Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности. Общеразвивающие упражнения на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
2.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Повторение правил выполнения экзерсисных упражнений партерной гимнастики на середине зала. Упражнения: Plie в сочетании с различными движениями; Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса; Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями; Battement fondu в сочетаниях с движениями; Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями Адажио.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
3.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Повторение правил выполнения экзерсисных упражнений партерной гимнастики на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
4.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Повторение правил выполнения экзерсисных упражнений партерной гимнастики на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
5.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
6.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения

7.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
8.	Сентябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
9.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
10.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement fondu в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
11.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement fondu в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
12.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement fondu в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
13.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями Адажио.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
14.	Октябрь			Теория	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями Адажио.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
15.	Октябрь			Теория	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями Адажио.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
16.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
17.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
18.	Ноябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник»	Контрольные упражнения
19.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения для позвоночника. Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

20.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения для позвоночника. Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
21.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
22.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
23.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
24.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Виды поворотов на полу. Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
25.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
26.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
27.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
28.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
29.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
30.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Элементы гимнастики и акробатики.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
31.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Элементы гимнастики и акробатики.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
32.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Повторение правил выполнения гимнастических упражнений, силовых и упражнения стрейч характера.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

33.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Отработка гимнастических элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
34.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Отработка гимнастических элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
35.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Отработка гимнастических элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
36.	Январь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Повторение знаний умений навыков предыдущих лет.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
37.	Январь			Практика	2	Кросс. Использование всего пространства класса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
38.	Январь			Практика	2	Кросс. Упражнения: Шаги с координацией 3-4х центров.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
39.	Январь			Практика	2	Кросс. Шаги с использованием contraction и release: смена направлений в комбинации шагов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
40.	Январь			Практика	2	Кросс. Шаги с использованием contraction и release: соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
41.	Январь			Практика	2	Кросс. Шаги с использованием contraction и release: соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
42.	Февраль			Практика	2	Этюды. Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов. «Поток» (связь движений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
43.	Февраль			Практика	2	Этюды. Контактная импровизация: композиция в контакте (взгляд, пауза, звук).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
44.	Февраль			Практика	2	Этюды. Контактная импровизация: композиция в контакте (взгляд, пауза, звук).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
45.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

46.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
47.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
48.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
49.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
50.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: этюд «Сдвиг».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
51.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: этюд «Сдвиг».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
52.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: этюд «Не делать старое».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
53.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: этюд «Не делать старое».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
54.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перфоманс».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
55.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перфоманс».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольное задание
56.	Март			Практика	2	Этюды. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней. Танцевальные этюды.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
57.	Март			Практика	2	Этюды. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней. Танцевальные этюды.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
58.	Апрель			Практика	2	Изучение техники движений танца «Афро-джаз». Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца «Афро-джаз» (плечи, диафрагма, пелвис).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Открытое занятие
-----	-----	--	--	----------	---	------------------	--------------------------------	------------------

Календарный учебный график

Детского объединения «Танцевальный ритм «SFERA» (базовый уровень)», 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	Вводное занятие. Введение в предмет третьего года обучения. Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности. Комбинации в парах. Общеразвивающие упражнения на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
2.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Повторение правил выполнения экзерсисных упражнений партерной гимнастики на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
3.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Повторение правил выполнения экзерсисных упражнений партерной гимнастики на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
4.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Plie в сочетании с различными движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
5.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Plie в сочетании с различными движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
6.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
7.	Сентябрь			Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
8.	Сентябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

9.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
10.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement fondu в сочетаниях с движениями Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями Адажио.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
11.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Упражнения: Battement fondu в сочетаниях с движениями Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями Адажио.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
12.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
13.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
14.	Октябрь			Теория	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
15.	Октябрь			Теория	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
16.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
17.	Октябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Танцевальная «связка» движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
18.	Ноябрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Танцевальная «связка» движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
19.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения для позвоночника. Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
20.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения для позвоночника «Связки» движений на развитие пластики тела: «Падающие шаги», «Пантера».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
21.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения

22.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
23.	Ноябрь			Практика	2	Комплексы изоляций. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
24.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Виды поворотов на полу. Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
25.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
26.	Ноябрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
27.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
28.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Гимнастические элементы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
29.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
30.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Построение и разучивание комбинаций в партере.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
31.	Декабрь			Практика	2	Партер (техника низкого полета). Элементы гимнастики и акробатики.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
32.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Повторение правил выполнения гимнастических упражнений, силовых и упражнения стрейч характера.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
33.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Повторение правил выполнения гимнастических упражнений, силовых и упражнения стрейч характера.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
34.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Отработка гимнастических элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

35.	Декабрь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Отработка гимнастических элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
36.	Январь			Практика	2	Элементы гимнастики и аэробики. Повторение знаний умений навыков предыдущих лет.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
37.	Январь			Практика	2	Кросс. Использование всего пространства класса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
38.	Январь			Практика	2	Кросс. Упражнения: Шаги с координацией 3-4х центров.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
39.	Январь			Практика	2	Кросс. Упражнения: Шаги с использованием contraction и release	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
40.	Январь			Практика	2	Кросс. Смена направлений в комбинации шагов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
41.	Январь			Практика	2	Кросс. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
42.	Февраль			Практика	2	Этюды. Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов. «Поток» (связь движений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
43.	Февраль			Практика	2	Этюды. Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов. «Поток» (связь движений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
44.	Февраль			Практика	2	Этюды. Контактная импровизация: композиция в контакте (взгляд, пауза, звук).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
45.	Февраль			Практика	2	Этюды. Контактная импровизация: композиция в контакте (взгляд, пауза, звук).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
46.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы) этюд «Сдвиг».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
47.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы) этюд «Сдвиг».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

48.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» (разнообразные приемы) этюд «Сдвиг».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
49.	Февраль			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Не делать старое».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
50.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Не делать старое».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
51.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Не делать старое».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
52.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перфоманс».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
53.	Март			Практика	2	Этюды. Приёмы поддержки в дуэте: «Перфоманс».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
54.	Март			Практика	2	Этюды. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
55.	Март			Практика	2	Этюды. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольное задание
56.	Март			Практика	2	Этюды. Танцевальные этюды.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
57.	Март			Практика	2	Этюды. Танцевальные этюды.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
58.	Апрель			Практика	2	Комбинация или импровизация. Техника выполнения комбинаций. Правила импровизации на заданную тему.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
59.	Апрель			Практика	2	Комбинация или импровизация. Техника выполнения комбинаций. Правила импровизации на заданную тему.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
60.	Апрель			Практика	2	Комбинация или импровизация. Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

Календарный учебный график

Детского объединения «Танцевальный ритм «SFERA» (базовый уровень)», год обучения – 4, 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	Вводное занятие.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос, обсуждение
2.	Сентябрь			Теория	2	Основы партерной гимнастики (parterre) Правила техники выполнения комбинаций упражнений для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности; для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника; на укрепление мышц брюшного пресса; на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос, обсуждение
3.	Сентябрь			Теория	2	Правила выполнения акробатических упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос, обсуждение
4.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
5.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
6.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: на укрепление мышц брюшного пресса.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
7.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение комбинаций упражнений: на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения

							каб. №14	
8.	Сентябрь			Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: переворот через правое, левое плечо.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
9.	Октябрь			Практика	2	Выполнение акробатических упражнений.; переворот через правое и левое плечо с раскрытием ног поочередно в «шпагат».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
10.	Октябрь			Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: выход в «мостик» с переворотом через стойку на руках с раскрытием ног поочередно в шпагат.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
11.	Октябрь			Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: выход в «мостик» с переворотом через стойку на руках с раскрытием ног поочередно в шпагат.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
12.	Октябрь			Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: «колесо» на двух руках (на одной).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
13.	Октябрь			Практика	2	Выполнение акробатических упражнений: «колесо» на двух руках (на одной).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
14.	Октябрь			Теория Практика	2	Беседа на тему «Формирование и развитие контемпорариджаз-танца (contemporaryjazz-dance)». Повторение танцевальных движений и комбинаций, изученных на пятом году обучения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
15.	Октябрь			Теория	2	Правила выполнения упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
16.	Октябрь			Теория	2	Правила выполнения упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
17.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
18.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
19.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения

20.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
21.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
22.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
23.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
24.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
25.	Ноябрь			Теория	2	Кросс. Перемещение в пространстве. Правила выполнения танцевальных комбинаций на двигательную ориентацию и перемещение в пространстве.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
26.	Ноябрь			Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: шаги, батманы, прыжки, вращения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
27.	Декабрь			Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: шаги, батманы, прыжки, вращения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
28.	Декабрь			Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: шаги, батманы, прыжки, вращения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
29.	Декабрь			Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: шаги, батманы, прыжки, вращения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
30.	Декабрь			Теория Практика	2	Прыжки. Правила техники выполнения прыжков в эстрадно-джазовом исполнении. Выполнение комбинаций прыжков: grandpasdechat с продвижением; grandjeté с продвижением; jump с attitude.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
31.	Декабрь			Практика	2	Выполнение комбинаций прыжков: grandpasdechat с продвижением; grandjeté с продвижением; jump с attitude.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
32.	Декабрь			Практика	2	Выполнение комбинаций прыжков: grandpasdechat с продвижением; grandjeté с продвижением; jump с	ДЮЦ «Ровесник»,	Контрольные упражнения

						attitude.	каб. №14	
33.	Декабрь			Теория	2	Вращения. Правила техники выполнения комбинаций вращений в эстрадно-джазовом исполнении.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
34.	Декабрь			Практика	2	Выполнение комбинаций: комбинация chainés в plie (с шаговыми переходами); тур по 2 позиции со спиралью (с шаговыми переходами).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
35.	Декабрь			Практика	2	Выполнение комбинаций: комбинация chainés в plie (с шаговыми переходами); тур по 2 позиции со спиралью (с шаговыми переходами).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
36.	Январь			Практика	2	Выполнение комбинаций: комбинация chainés в plie (с шаговыми переходами); тур по 2 позиции со спиралью (с шаговыми переходами).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
37.	Январь			Практика	2	Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
38.	Январь			Практика	2	Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
39.	Январь			Практика	2	Импровизация на заданную тему с использованием изученных танцевальных комбинаций, элементов и упражнений	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
40.	Январь			Теория	2	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
41.	Январь			Теория	2	Создание сценического образа. Музыкальность. Правила выполнения танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Рисунок танца.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
42.	Февраль			Теория	2	Создание сценического образа. Музыкальность. Правила выполнения танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Рисунок танца.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
43.	Февраль			Практика	2	Создание сценического образа.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
44.	Февраль			Практика	2	Создание сценического образа.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
45.	Февраль			Практика	2	Создание сценического образа.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

46.	Февраль			Практика	2	Изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
47.	Февраль			Практика	2	Изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
48.	Февраль			Практика	2	Изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
49.	Февраль			Практика	2	Изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
50.	Март			Практика	2	Соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
51.	Март			Практика	2	Соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
52.	Март			Практика	2	Соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
53.	Март			Практика	2	Соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
54.	Март			Практика	2	Соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
55.	Март			Практика	2	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах., шаги, смену уровней.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
56.	Март			Практика	2	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
57.	Март			Практика	2	Отработка элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
58.	Апрель			Практика	2	Отработка элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

59.	Апрель			Практика	2	Отработка элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
60.	Апрель			Практика	2	Работа над музыкальностью.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
61.	Апрель			Практика	2	Работа над музыкальностью.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
62.	Апрель			Практика	2	Синхронность в исполнении; работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
63.	Апрель			Практика	2	Синхронность в исполнении; работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
64.	Апрель			Практика	2	Синхронность в исполнении; работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
65.	Апрель			Практика	2	Синхронность в исполнении; работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
66.	Апрель			Практика	2	Синхронность в исполнении; работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
67.	Май			Практика	2	Выразительность и эмоциональность исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
68.	Май			Практика	2	Выразительность и эмоциональность исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
69.	Май			Практика	2	Рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение, концерт
70.	Май			Практика	2	Рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение, концерт
71.	Май			Практика	2	Рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение, концерт

72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие. Творческая программа	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Творческая программа
-----	-----	--	--	----------	---	--	--------------------------------	-------------------------

Календарный учебный график

_____ учебный год

Объединения «Танцевальный ритм «SFERA» (базовый уровень)», год обучения – 5, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 часа)

Педагог д/о:

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория	2	Танцевальная разминка (комбинации для разогрева всех частей тела). Правила техники выполнения комбинаций для разогрева опорно-двигательного аппарата. Выполнение комбинаций: стопа, голень.		Обсуждение, наблюдение
2.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для разогрева опорно-двигательного аппарата: тазобедренного сустава, мышц бедра.		
3.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для разогрева опорно-двигательного аппарата: плечевого и поясного суставов.		
4.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для разогрева опорно-двигательного аппарата: позвоночных отделов.		Контрольные упражнения
5.				Теория	2	Партерная гимнастика (parterre). Правила техники выполнения комбинаций упражнений. Выполнение комбинаций упражнений: для развития тазобедренного сустава.		Опрос, обсуждение
6.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: для развития эластичности мышц бедра, для развития выворотности, на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.		
7.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: для развития гибкости плечевого и поясного суставов, развития позвоночника.		
8.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций упражнений: на укрепление мышц брюшного пресса.		Контрольные упражнения

9.				Теория	2	Экзерсис на середине зала. Правила выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern».		Обсуждение
10.				Практика	2	Правила выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern». Комбинации для головы и шейных позвонков.		
11.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern»: комбинация Demi-plies.		
12.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern»: комбинация Battementstendus.		
13.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern»: комбинация Battementstendusjetes.		
14.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern»: комбинация Rond de jam beparterre andehorsetande с растяжкой.		Наблюдение
15.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern»: комбинация Grandbattementsjetes в эстрадно-джазовом исполнении.		
16.				Практика	2	Техника выполнения комбинаций для развития опорно-двигательного аппарата в стиле «Jazz-Modern»: комбинации упражнений для позвоночника.		Контрольные упражнения
17.				Теория	2	Кросс. Техника выполнения танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве. Выполнение комбинаций: шаги, батманы.		Опрос, обсуждение, наблюдение
18.				Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: вращения.		
19.				Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: прыжки.		
20.				Практика	2	Изучение и выполнение танцевальных комбинаций на перемещение в пространстве: комбинации удалённого характера.		Контрольные упражнения
21.				Теория	2	Вращения. Правила выполнения комбинаций вращений. Выполнение: «удалённый характер».		Обсуждение

22.				Практика	2	Выполнение вращений: «с точки», С применением рук.		Контрольные упражнения
23.				Практика	2	Выполнение вращений: с шаговыми переходами.		Контрольные упражнения
24.				Теория	2	Основы партерной техники Release. Значение техники Release и Bodyawareness в подготовке танцоров современного танца, артистов балета. Структура человеческого тела. Различные системы тела, их функции и роль в движении. Изучение основ техники Release. Основные понятия.		Опрос, обсуждение, наблюдение
25.				Практика	2	Выполнение упражнений: «отпустить свое тело», «подъём наверх», «дышим воздух».		
26.				Практика	2	Выполнение упражнений: «импульс», «водоросли», «вертушка»		
27.				Практика	2	Выполнение упражнений: «подхват энергии», «баланс», «поиск баланса».		
28.				Практика	2	Выполнение упражнений: «минимум-максимум».		
29.				Практика	2	Выполнение упражнений: «экономное движение».		
30.				Теория	2	Основы партнеринга. Основные принципы разогрева. Основные моменты взаимодействия. Правила работы в контакте. Правила выполнения поддержек. Работа в паре. Творческие задания.		Опрос, обсуждение, наблюдение
31.				Практика	2	Выполнение упражнений: индивидуальный разогрев, разогрев партнёра. Основные моменты взаимодействия: визуальный контакт.		
32.				Практика	2	Выполнение упражнений: взаимодействие – упражнения в парах, упражнения с перемещением в пространстве.		Творческие задания
33.				Практика	2	Выполнение упражнений: работа в контакте (отдача веса партнеру, баланс, принятие веса партнера, перенос веса).		Наблюдение, творческие задания
34.				Практика	2	Выполнение упражнений: поддержки (взаимные, «на отвес», на балансе).		
35.				Практика	2	Комбинации в парах. Творческие задания.		Творческие задания
36.				Теория	2	Вводное занятие. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.		Опрос, обсуждение

37.				Теория	2	Стретчинг и акробатика. Терминология предмета.		Обсуждение, наблюдение
38.				Теория	2	Информационный обзор специальной литературы по курсу. Инструктаж по ТБ (акробатика).		Обсуждение, наблюдение
39.				Практика	2	Развитие гибкости тела. Растяжка.		
40.				Практика	2	Ритмические гимнастические упражнения, построения и перестроения.		
41.				Практика	2	Изучение основных позиций и движений танца, музыкальные игры, слушание и разбор танцевальной музыки.		
42.				Практика	2	Группировка (присев, сидя, стоя), перекаты в группировке (назад, вперед).		
43.				Практика	2	Равновесие на одной «ласточка», стойка на лопатках, «свечка».		
44.				Практика	2	Простейшие индивидуальные акробатические комбинации.		
45.				Практика	2	Простейшие индивидуальные акробатические комбинации.		
46.				Практика	2	Танцевальные связки с использованием строевых и гимнастических упражнений, тренаж на середине зала; разновидности ходьбы.		
47.				Практика	2	Танцевальные связки с использованием строевых и гимнастических упражнений, тренаж на середине зала; разновидности ходьбы.		
48.				Практика	2	Танцевальные связки с использованием строевых и гимнастических упражнений, тренаж на середине зала; разновидности ходьбы.		
49.				Практика	2	Техническая подготовка: акробатические элементы.		
50.				Практика	2	Техническая подготовка: акробатические элементы.		
51.				Практика	2	Техническая подготовка: акробатические элементы.		
52.				Теория	2	Экзерсис на середине зала (репетиционная, реставрационная, концертная деятельность). Создание сценического образа. Музыкальность. Характер танца, манера исполнения.		Опрос, обсуждение
53.				Теория	2	Техника выполнения танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Рисунок танца. Партии и роли в хореографической композиции.		Обсуждение
54.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, работа над музыкальностью.		

55.				Практика	2	Выполнение ТХД: выразительность и эмоциональность исполнения.		Наблюдение
56.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.		
57.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений (продолжение).		
58.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации.		
59.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации (продолжение).		
60.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.		Наблюдение, обсуждение
61.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.		
62.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах (продолжение).		
63.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов.		
64.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов (продолжение).		Контрольные комбинации
65.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении.		
66.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении (продолжение).		
67.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.		
68.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения (продолжение).		Контрольные комбинации
69.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.		
70.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.		
71.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.		
72.				Практика	2	Итоговое занятие. Творческая программа.		Творческая программа