

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы»

Рассмотрена на заседании  
методического совета МУДО ЦВР  
Протокол от 17.05.2024 № 7



Утверждаю  
И.о. директора МУДО ЦВР  
Андрева Е.Н.  
Приказ от 20.05.2024 № 258

**Дополнительная общеразвивающая программа художественной  
и направленности  
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ.КОНТЕМПОРАРИ»  
(стартовый уровень)**

Возраст учащихся: 13-17 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Лямова Светлана Юрьевна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Оленегорск  
2024 год

## Пояснительная записка

Современный танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Современный танец – особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени. В отличие от классического современный танец впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Контемпорари (Contemporary dance, контемп) представляет собой разновидность современного танца, сочетающего в себе элементы восточного и западного модерн-танца. Содержит он в себе и некоторые элементы балета. Главное в этом танце — не заученные движения или определенный стиль, а самовыражение, индивидуальность, свобода.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Современный танец. Контемпорари» (далее – программа) разработана в соответствии с основными нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства Просвещения Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27.07.2022 № 629;

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;

- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2;

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242);

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);

- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих программ муниципального учреждения дополнительного образования «Центр внешкольной работы» от 01.04.2024 № 144;

- иными нормативными актами по профилю реализуемой образовательной программы, локальными актами учреждения.

**Актуальность программы** объясняется анализом детского и родительского опроса: многие подростки желают красиво двигаться под современную музыку, иметь стройную фигуру и правильную осанку. такую возможность предоставляют современные танцы в силу своей доступности детям с разным уровнем подготовки.

Данная программа позволяет решать проблему социализации детей и способствует развитию интереса у обучающихся к здоровому образу жизни, позволяет совершенствовать двигательные навыки и умение работать в коллективе.

**Новизна программы** заключается в том, что в основу программы «Современный танец. Контемпорари» положены изучения основ «Модерн», направления «Contemporary», и афро-джаз. В процессе его освоения, учащиеся приобретают опыт творческой деятельности, овладевают элементами профессиональной грамоты.

**Отличительной особенностью** данной программы является интеграция всего комплекса специальных дисциплин: в начале изучения мы опираемся на ритмику и партерную гимнастику – предметы, которые изучаются на подготовительном этапе, в дальнейшем акцент идет на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося.

**Педагогическая целесообразность программы** обусловлена ее направленностью на гармоничное психологическое, духовное и физическое развитие ребенка, морфологическое и функциональное совершенствование его отдельных органов и систем, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя.

**Цель программы** – формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала учащихся посредством овладения техникой современного танца.

**Задачи:**

*Обучающие*

- познакомить учащихся с видами современного танца, их характерными особенностями и выразительными средствами, а также правилами исполнения танцевальных элементов;

*развивающие:*

- развить музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;

*воспитательные:*

- привить художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям современной хореографии;

- приобщить к здоровому образу жизни.

**Возраст обучающихся:** учащиеся 13-17 лет.

**Форма обучения:** очная.

**Уровень программы:** стартовый.

**Срок реализации программы:** 1 год (216 часов).

**Режим занятий:** 3 раза в неделю по 2 часа.

**Формы проведения занятий:** занятия проводятся со всей группой.

Количество учащихся в группе – 12 чел.

**Ожидаемые результаты:**

***Предметные:***

В результате освоения программы учащиеся должны

***знать:***

- основные знания о «Современном танце. Контемпорари», технические принципы построения занятия;

- приёмы и правила составления этюдов (малых и средних танцевальных форм из 1-2-3-4-5 элементов);

***уметь:***

- исполнять упражнения: партерный разогрев, экзерсис (станок), экзерсис на середине зала, этюды, состоящие из 1-2-3-4-5 элементов разучиваемого материала;

***владеть:***

- элементами упражнений: изоляция, упражнения на расслабление, уровни и кросс (передвижения).

***Метапредметные:***

***уметь:***

- в диалоге с педагогом вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности выполнения своей работы;

- формировать эстетический вкус;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы на основе обобщения знаний.

***Личностные:***

- развитие эстетической, нравственной культуры поведения учащихся через приобщение к современной хореографии;

- формирование потребности в соблюдении здорового образа жизни, укрепления здоровья;

- воспитание самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду;
- воспитание чувства товарищества и взаимопомощи.

### **Методическое обеспечение**

#### **Формы и методы обучения:**

Программа реализуется посредством:

- личностно-ориентированного обучения, обеспечивающего творческое и духовно-нравственное самоопределение ребенка, а также воспитания творчески мобильной личности, способной к успешной социальной адаптации в условиях быстро меняющегося мира;
- вариативности образования, направленного на индивидуальную траекторию развития личности.

#### **Методы обучения**

Методы и приёмы отвечают установленным правилам преподавания в хореографии:

- словесный (лекция, рассказ, объяснение);
- наглядный (демонстрация собственным примером, просмотр видеоматериала);
- практический (упражнения, комплексы упражнений – экзерсис, этюды, танцевальные номера).

Наряду с традиционными методами образовательного процесса в хореографии существуют следующие, так называемые **специфические методы**:

- частичный метод: изучаются части, затем целое;
- целостный метод: изучается в целом, но постепенно;
- метод временного упрощения: разучивается рисунок, затем усложняется;
- метод включения картинки: создается образ, включается воображение, затем исполняется.

#### **Формы проведения занятий:**

- импровизация;
- этюд;
- педагогическая мастерская;
- беседа;
- репетиция (сценпрактика);
- концертная деятельность;
- мастерская образа.

#### **Педагогические технологии:**

*Технология творческой деятельности* применяется на учебных занятиях при выполнении творческих заданий. Творческая деятельность взаимно обогащает учащихся, расширяет их кругозор, организует приобретенные ими знания, умения и навыки в единый гармоничный создаваемый лейтмотив, который нужен для раскрытия сценического воплощения того или иного образа, необходимого для

танцевальной композиции. Мотивом деятельности детей является стремление к самовыражению и самореализации.

*Технология сотрудничества* занимает особое место в образовательном пространстве коллектива, поскольку используется при постановке этюдов и концертных номеров. Родители учащихся являются равноправными субъектами образовательного процесса, так как являются активными участниками при подготовке концертной деятельности коллектива (помощь в подготовке детей к выступлению на фестивалях, концертах, конкурсах и т.д.).

Основная часть занятий проводится с использованием *технологии группового обучения* в соответствии с учебно-тематическим планом и расписанием занятий в коллективе. Это помогает учащимся адаптироваться к работе в коллективе, осваивать образовательную программу, приобретать знания и умения, совершенствовать коммуникативные навыки, учиться анализировать свои действия и действия других участников.

#### **Дидактические материалы:**

Для ведения образовательной и воспитательной деятельности программой предусмотрен методический фонд (в бумажном и электронном виде), который служит для рассмотрения вопросов развития личностно-ориентированной педагогики, направленной на совершенствование, обновление и развитие образовательного и воспитательного процесса.

Для организации учебно-воспитательного процесса используются: учебные (планы-конспекты) и наглядные пособия, видеоматериалы (совместный просмотр и совместное обсуждение концертных программ, спектаклей как профессиональных, так и любительских коллективов). Для создания устойчивой положительной атмосферы в коллективе проводятся танцевально-ритмические игры, творческие «минутки», совместные беседы, диспуты.

#### **Диагностика результативности образовательного процесса:**

Контроль знаний, умений и навыков учащихся осуществляется в несколько этапов и предусматривает несколько уровней:

**Вводная диагностика:** основой для отслеживания результатов обучения учащихся является предлагаемое задание и его выполнение.

#### **Промежуточный контроль:**

С целью определения усвоения материала образовательной программы проводится промежуточный контроль в соответствии с критериями оценки знаний, умений и навыков.

#### **Итоговый контроль:**

Презентабельными формами проведения контроля реализации программы являются:

- открытые учебные и итоговые занятия;
- выступление на концертах (в зависимости от уровня освоения программы).

Особенностью итогового занятия является демонстрация основных танцевальных приемов:

- большой танцевальный шаг;
- гибкость;
- устойчивость;
- вращение (умение «держать точку»);
- легкий прыжок;
- пластичное владение руками;
- четкая координация движений;
- выносливость и сила.

**Диагностические материалы** (см. Приложение № 1).

**Формы оценки качества знаний:**

- открытые учебные и итоговые занятия;
- выступление на концертах (в зависимости от уровня освоения программы).

## Учебный план

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа, опрос, педагогическое наблюдение, вводная диагностика (тестирование)
2.	Раздел 1. Партерный разогрев	52	4	48	Педагогическое наблюдение, беседа
3.	Раздел 2. Экзерсис – станок	52	4	48	Педагогическое наблюдение, беседа
4.	Раздел 3. Экзерсис на середине зала	54	4	50	Педагогическое наблюдение, беседа, промежуточная аттестация (тестирование)
5.	Раздел 4. Сценическая практика	54	4	50	Педагогическое наблюдение, беседа
6.	Заключительное занятие	2	1	1	Итоговый контроль, открытое занятие
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>18</b>	<b>198</b>	



## Содержание учебного плана

### **Вводное занятие (2 часа).**

**Теория:** Задачи объединения на учебный год. Организационные вопросы. Правила техники безопасности. Краткая история возникновения современного танца - контемпорари.

**Практика:** Пробные упражнения на разогрев и координацию.  
Вводная диагностика.

### **Раздел 1. Партерный разогрев (52 часа).**

**Теория:** Виды партерного разогрева в современном танце. Основные приемы усложнённых упражнений. Основные правила swing (раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме).

**Практика:** Партерный тренаж (разогрев). Изоляция – упражнения на расслабление. Комплекс упражнений для всех частей тела. Элементы гимнастики: мостик, стойка на руках, колесо, упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты), силовые упражнения - отжимания, качание пресса.

### **Раздел 2. Экзерсис – станок (52 часа).**

**Теория:** Правила построения экзерсиса у станка. Последовательность упражнений у станка.

**Практика:** Работа над свободой пластики тела. Методы использования возможности тела через исполнение последовательных упражнений у станка.

- Plie по 6-й позиции ног с различными движениями рук;
- Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве);
- Rond de jamb par terre с «противоходом» рук;
- Grand Battement Jete (45, 90, и выше).

### **Раздел 3. Экзерсис на середине зала (54 часа).**

**Теория:** Основные технические принципы и построение занятия.

**Практика:** Работа над разным видом вращениями, падениями и перекатами. Смена ракурсов на месте или в продвижении, в сочетании с другими движениями. Работа над структурой перехода движения из резкого до плавного, изменением «естественных» способов движения.

1. Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в джаз-модерн танце.

2. lat back (Флет бэк – наклон торса вперед, в сторону (на 90 гр.) назад с прямой спиной, без изгиба торса). вперед из положения стоя.

3. Дыхательная гимнастика с использованием contraction и release (Контракция и релиз – это базовые понятия танца модерн, связанные с положением торса, рук и ног. Контракция означает сжатие, сокращение.

Релиз – расширение, увеличение). с добавлением работы рук в положении стоя.

4. Паховые и боковые растяжки. Упражнения для расслабления позвоночника.

5. Проработка движений: drop (падение корпуса), swing (раскачивание), roll down (освобождение и растяжка позвоночного столба), twist торса (закручивание плеч, за которыми поворачивается торс, изменяя плоскость своего расположения, бедра при этом остаются неподвижными).

6. «Восьмерка» корпусом с позиции скручивания одновременно.

7. Пируэты (шаг с поворотом на одной ноге) на 360 градусов со 2 позиции. Пируэты на 360 градусов с 4 позиции.

8. Трехшаговый поворот с пируэтом по диагонали.

9. Flat step (Флэт степ — шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол) в сочетании с «восьмеркой» тазом.

#### **Кросс:**

- шаги со сменой уровней;
- шаги в модерн-джаз манере;
- прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).

Промежуточная аттестация.

#### **Раздел 4. Сценическая практика (54 часа).**

**Теория:** Приёмы и правила составления этюдов (малых и средних танцевальных форм из 1-2-3-4-5 элементов).

**Практика:** Постановочная работа. Работа над координацией, Владение различными темпами в комбинационных сочетаниях. Составление танцевальных комбинаций из 1-2-3-4-5 элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

1. Сидя или лёжа на полу (floor work - "партерная техника" в танце скольжения, перекаты, сжатие и расслабление, изоляция, спиральность, перетекание, инерционность, падение и другие действия).

2. Работа на месте (center work - различные способы передвижения).

3. Работа, включающая движение в пространстве (moving in the space).

#### **Понятие - контактная импровизация.**

Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка).

Импровизация - «эмоциональная» сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»

Импровизация с музыкой, ритмом.

Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов.

**Работа в группе:** верхний, средний, нижний уровень - (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа).

#### **Перекаты из положения:**

- сидя в группировки;
- через «лягушку»;
- через поперечный шпагат (поза ученика);
- поза «зародыша»;
- прямые повороты на полу («бревно»);
- подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.

Изучение движения с открытием ноги вперед и отклонением торса назад.

### **Заключительное занятие (2 часа).**

**Теория:** Подведение итогов работы за год.

**Практика:** Открытое занятие – творческий отчет учащихся.

Итоговый контроль.

### **Материально-техническое обеспечение:**

- танцевальный зал;
- зеркала;
- танцевальный станок (опора);
- музыкальный центр;
- костюмы и реквизиты к танцам.

### **Список литературы для педагога**

1. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников. - М., 2000.
2. Мирный В.И. Хореографическая композиция: Учебное пособие. Самара: Издво СГАКИ, 2003. - 81 с. Самара СГАКИ, 2003
3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец – М.: ВЦХТ, 1998. – 128 с., ил.
4. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.: Феникс, 2009.
5. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. – М.: АСТ: Астрель, 2009.
6. Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих / Н. А. Александрова, В. А. Голубева. — 4-е, стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. — 128 с. — ISBN 978-5-8114-5041-1. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/134281>
7. Никитин, В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце: учебное пособие / В. Ю. Никитин. — 5-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2019. — 520 с. — ISBN 978-5-8114-1960-9. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/112744>.

### Список литературы для родителей

1. Адеева Л.М. Пластика. Ритм. Гармония: самостоятельная работа учащихся для приобретения хореографических навыков: учебное пособие. - СПб.: Композитор; Санкт-Петербург, 2006. - 51с.
2. Антропова, Л.В. Развитие выразительности в процессе обучения хореографическому искусству // Образование и общество. - 2011. - №4. - С.121-124.
3. Шубарин В. А. Джазовый танец на эстраде: учебное пособие / В. А. Шубарин. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2012. — 240 с. — ISBN 978-5-8114-1284-6. — Текст: электронный // Лань: электроннобиблиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/3723>.

### Список литературы для учащихся

1. Адеева Л.М. Пластика. Ритм. Гармония: самостоятельная работа учащихся для приобретения хореографических навыков: учебное пособие. - СПб.: Композитор; Санкт-Петербург, 2006. - 51с.
2. Антропова, Л.В. Развитие выразительности в процессе обучения хореографическому искусству // Образование и общество. - 2011. - №4. - С.121-124.
3. Александрова Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих / Н. А. Александрова, В. А. Голубева. — 4-е, стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. — 128 с. — ISBN 978-5-8114-5041-1. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/134281>.

### Интернет-источники

1. NEED4DANCE энциклопедия по хореографии [Электронный ресурс] // Режим доступа: [https://need4dance.ru/?page\\_id=41](https://need4dance.ru/?page_id=41). (Дата обращения: 30.04.2022 г.).
2. Готовые УРОКИ от МАРИИ КЕЙХЕЛЬ для занятий хореографией (возраст 3-4, 5-6, 7-9, 10-14 лет) + методичка для РОДИТЕЛЕЙ + муз. Материал. [Электронный ресурс] // Режим доступа: [https://vk.com/wall-87302398\\_72063](https://vk.com/wall-87302398_72063). (Дата обращения: 14.04.2024г.).
3. <http://video-dance.ru/> - уроки танцев всех стилей и направлений онлайн (Дата обращения: 14.04.2024г.).
4. [http://www.youtube.com/channel/UCwdl\\_G0ghsXcRcVhRVCMzLQ](http://www.youtube.com/channel/UCwdl_G0ghsXcRcVhRVCMzLQ) - канал о гимнастике, состоящей из аэробных упражнений под ритмичную музыку, которая помогает следить за ритмом выполнения упражнений (Дата обращения: 18.04.2024г.).
- 5.

Программу составила  
педагог дополнительного образования  
Центра внешкольной работы

С.Ю. Лямова

**Диагностические материалы  
для вводной диагностики учащихся**

**Вводная диагностика ЗУН, развития учащихся:**

- понимание чувства ритма, умение слышать музыкальный материал;
- реакция на смену танцевальных движений;
- проявление интереса к коллективу, к занятиям;
- наличие танцевального опыта в других танцевальных коллективах (как вариант).

**Мониторинг результатов освоения программы:**

Проверке и оценке результативности освоения учащимися программы подлежат:

- практические навыки и умения;
- наличие стремления к исполнению;
- овладение приемами творческой деятельности.

Основой для отслеживания результатов обучения учащихся является предлагаемое задание и его выполнение.

В ходе мониторинга результативности программы определяются три уровня: высокий, средний, низкий. Каждому уровню соответствует своя шкала.

**Критерии оценки знаний, умений и навыков учащихся  
по программе**

Низкий уровень 1-2 балла	Средний уровень 3-4 балла	Высокий уровень 5-6 баллов
1. Неточное знание изучаемых правил партерного разогрева, недостаточное понимание терминологии. Выполнение с 6-8 ошибками.	Владение элементами партерного разогрева в соответствии с программой с числом ошибок – 3-5.	Знание изучаемых правил партерного разогрева в соответствии с программой. Выполнение с 1 или 2 ошибками.
2. Неточное знание изучаемых правил - экзерсис – станок. Движения исполняются машинально, без учета характера музыки. Выполнение с 6-8 ошибками.	Владение элементами экзерсис-станок согласно программы с числом ошибок 3-5.	Знание изучаемых правил экзерсис-станок в соответствии с программой. Выполнение с 1 или 2 ошибками.

3. Неточное знание изучаемых правил по предмету Экзерсис на середине зала. Выполнение с 6-8 ошибками.	Неуверенное реагирование на смену танцевальных движений. Исполнение при помощи педагога. Выполнение с числом ошибок 3-5.	Уверенное исполнение на середине зала. Выполнение с 1 или 2 ошибками.
4. Сценическая практика. Выполнение простейших этюдов по заданию педагога.	Неуверенное реагирование на смену танцевальных движений в этюдах. Больше времени для изучения.	Уверенное исполнение танцевальных этюдов, состоящих из 1-2-3-4-5 элементов движений.

**Диагностические материалы  
для промежуточной (итоговой) аттестации учащихся:**

**Форма контроля**

Презентабельными формами проведения контроля реализации программы являются:

- открытые учебные и итоговые занятия;
- выступление на концертах (в зависимости от уровня освоения программы).

Особенностью итогового занятия является демонстрация основных танцевальных приемов:

- большой танцевальный шаг;
- гибкость;
- устойчивость;
- вращение (умение «держать точку»);
- легкий прыжок;
- пластичное владение руками;
- четкая координация движений;
- выносливость и сила.

С целью определения усвоения материала образовательной программы проводится промежуточный (итоговый) контроль в соответствии с критериями оценки знаний, умений и навыков.

**Оценочные материалы:**

Результаты освоения программы проверяются индивидуально в зависимости от возраста, способностей, психофизиологических особенностей обучающихся. В работе используются следующие методы: наблюдение (внешнее/включенное), беседа, демонстрация материала, анализ видеозаписей. Формы и способы фиксации результата: документы подтверждающие достижения: грамоты, дипломы, диагностические материалы.

**Диагностическая карта промежуточной (итоговой) аттестации учащихся по программе  
«Современный танец. Контемпорари»  
\_\_\_\_\_ учебный год**

гр. № \_\_\_\_\_, стартовый уровень

№ п/п	Ф.И. учащегося	Показатели ЗУН				Общее кол-во баллов	Уровень
		Чувство ритма (2/2,2/4,3/4)	Навыки пластичности и гибкости	Исполнение 2-х или 3-х упражнений без ошибок (на 4 и на 8 тактов по 2/4 и по 4/4)	Чувство координации (умение координировать движения различной сложности между собой)		
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Педагог ДО \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись)

**Календарный учебный график  
к дополнительной общеразвивающей программе «Современный танец. Контемпорари»**

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Вводное занятие. Задачи объединения на учебный год. Организационные вопросы. Правила техники безопасности. Упражнения на разогрев и координацию. Вводная диагностика.	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, опрос, педагогическое наблюдение, тестирование
2.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
3.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Экзерсис – станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
4.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
5.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
6.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
7.	сентябрь		беседа, практическое	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое



			занятие				наблюдение
8.	сентябрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение,
9.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
10.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
11.	сентябрь		беседа, практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
12.	сентябрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
13.	октябрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
14.	октябрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
15.	октябрь		беседа, практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
16.	октябрь		беседа, практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
17.	октябрь		беседа, практическое	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое

			занятие				наблюдение
18.	октябрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
19.	октябрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
20.	октябрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
21.	октябрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
22.	октябрь		беседа, практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое наблюдение
23.	октябрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
24.	октябрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
25.	октябрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
26.	ноябрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
27.	ноябрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
28.	ноябрь		беседа, практическое	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	беседа, педагогическое

			занятие				наблюдение
29.	ноябрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
30.	ноябрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
31.	ноябрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
32.	ноябрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
33.	ноябрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
34.	ноябрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
35.	ноябрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
36.	ноябрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
37.	ноябрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
38.	декабрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
39.	декабрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
40.	декабрь		практическое	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52,	педагогическое

			занятие			каб. 5	наблюдение
41.	декабрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
42.	декабрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
43.	декабрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
44.	декабрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала. Промежуточная аттестация	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, тестирование
45.	декабрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
46.	декабрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
47.	декабрь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
48.	декабрь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
49.	декабрь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
50.	декабрь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
51.	январь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов

52.	январь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
53.	январь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
54.	январь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
55.	январь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
56.	январь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
57.	январь		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
58.	январь		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
59.	январь		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
60.	январь		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
61.	февраль		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа

62.	февраль		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
63.	февраль		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
64.	февраль		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
65.	февраль		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
66.	февраль		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
67.	февраль		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
68.	февраль		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
69.	февраль		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
70.	февраль		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
71.	февраль		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
72.	февраль		практическое	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52,	педагогическое

			занятие			каб. 5	наблюдение
73.	март		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
74.	март		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
75.	март		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
76.	март		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
77.	март		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
78.	март		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
79.	март		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
80.	март		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
81.	март		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
82.	март		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа

83.	март		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
84.	март		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
85.	март		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
86.	апрель		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
87.	апрель		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
88.	апрель		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
89.	апрель		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
90.	апрель		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
91.	апрель		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
92.	апрель		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
93.	апрель		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение



94.	апрель		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
95.	апрель		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
96.	апрель		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
97.	апрель		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
98.	май		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
99.	май		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
100.	май		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
101.	май		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
102.	май		практическое занятие	2	Партерный разогрев	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение
103.	май		практическое занятие	2	Экзерсис - станок	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение,
104.	май		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение

105.	май		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, самостоятельная работа
106.	май		практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
107.	май		практическое занятие	2	Сценическая практика	ул. Бардина, 52, каб. 5	педагогическое наблюдение, подведение итогов
108.	май		практическое занятие	2	Итоговое занятие, итоговый контроль	ул. Бардина, 52, каб. 5	открытое занятие
	<b>Итого: 216</b>						